KIA 2024 Book 2.17.11 1 11/22/24 23:47

Kemenkes

BUKU KIA

Kesehatan Ibu dan Anak

Panduan lengkap untuk mewujudkan ibu dan anak sehat

Bawa buku ini setiap kali mengunjungi Posyandu, fasilitas kesehatan, kelas ibu, BKB dan PAUD. Gunakan dari masa kehamilan sampai anak berumur 6 tahun.

Nama Ibu _____

Dikeluarkan oleh Fasilitas Kesehatan _____

Kab./Kota _____

Tanggal dikeluarkannya Buku _____

Provinsi _____

Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI

Indonesia. Kementerian Kesehatan RI
Buku Kesehatan Ibu dan Anak

1. MOTHER - CHILD RELATION
2. MATERNAL - CHILD NURSING
3. MATERNAL HEALTH SERVICES

Cetakan Tahun 2024

306.874.3
Ind.
b

ISBN 978-623-301-149-5

9 786233 011495

APBN DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN MASYARAKAT 2024

Identitas (Diisi oleh ibu)

	Ibu	Suami/Keluarga	Anak
Nama			
NIK			
No. JKN			
Fasilitas Kesehatan TK1			
Fasilitas Kesehatan Rujukan			
Tempat/Tanggal Lahir			
Pendidikan			
Pekerjaan			
Alamat Rumah			
Telepon			
Anak ke-			
Nomor Akta Kelahiran			
Golongan Darah			
Pembiayaan Lain			
Asuransi Lain			
Nomor			
Tanggal Berlaku			
Fasilitas Pelayanan Kesehatan			
Primer			
Puskesmas Domisili			
No. Reg. Kohort Ibu			
No. Reg. Kohort Bayi			
No. Reg. Kohort Balita dan anak Pra-Sekolah			
Sekunder			
No. Catatan Medik RS			

Riwayat Singkat Kesehatan Ibu

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Usia Ibu	
Kehamilan ke-	
Jumlah Anak Lahir Hidup	
Riwayat Keguguran	
Riwayat Penyakit Ibu	

Lihat selengkapnya di halaman 98.

Tentang Buku KIA

Buku KIA membantu Ibu memantau kondisi kehamilan dan kesehatan bayi dan balita. Setiap ibu mendapat 1 (satu) Buku KIA untuk kehamilan tunggal dan tambahan satu buku KIA lagi untuk anak yang lain pada kehamilan kembar. Selalu bawa Buku KIA ketika berkunjung ke Posyandu, Kelas ibu Hamil, Kelas Ibu Balita, Puskesmas, Rumah Sakit, dan fasilitas kesehatan lainnya.

Hal-hal yang perlu dilakukan ibu dan keluarga

- Baca dan pahami isi Buku KIA.
- Datang ke Posyandu dan Puskesmas/ Fasilitas Pelayanan Kesehatan untuk mendapat pelayanan kesehatan ibu dan anak, serta pemantauan tumbuh kembang.
- Perhatikan dan isi pemantauan kesehatan secara mandiri pada bagian yang berwarna kuning.
- Ayah turut mendukung ibu dalam memahami dan melakukan hal-hal di dalam buku ini.

LEMBAR YANG HARUS DIISI UNTUK IBU

HALAMAN 1, 7, 10-13, 15, 18, 24, 28-31, 33, 86, 100.

LEMBAR YANG HARUS DIISI UNTUK ANAK

HALAMAN 40, 42-45, 46-47, 50, 52-55, 61-63, 66-69, 74-77, 79, 81-83, 111, 151-152.

Daftar Isi

PERJALANAN IBU

Perjalanan Menjadi Seorang Ibu 3
Kehamilan 4
Melahirkan 21
Setelah Melahirkan 26
Menyusui 34

PERJALANAN ANAK

0 - 6 Bulan 39
6 - 12 Bulan 56
12 - 24 Bulan 64
2 - 6 Tahun 71

INFORMASI UMUM 85

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN 95

Pencatatan Ibu 96
Pencatatan Anak 121

Hal-hal yang perlu dilakukan Kader dan Tenaga Kesehatan

Kader dan tenaga kesehatan membantu ibu untuk memahami isi dan cara penggunaan Buku KIA.

Perjalanan Menjadi Seorang Ibu

Selamat! Anda kini siap memasuki tahapan baru dalam kehidupan, menjadi Ibu.

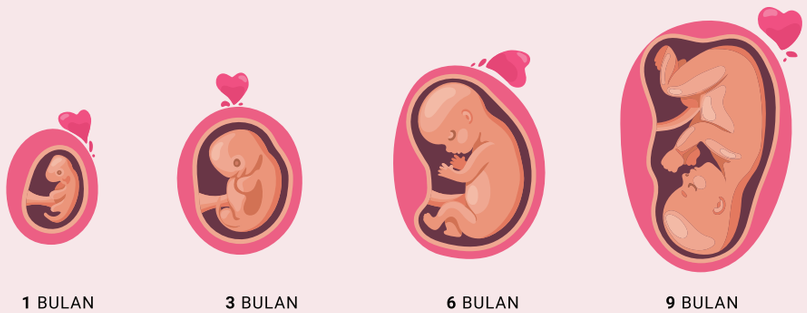
Nikmati perjalanan menuju proses melahirkan dengan panduan dan tips yang diberikan di sini. Tak perlu ragu, tak perlu khawatir, karena kami senantiasa mendampingi Ibu selama kehamilan hingga siap menyambut kehadiran sang buah hati.

KIA 2024 Book 2.17.11 4 11/22/24 23:47

1000 Hari Pertama Kehidupan

Seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) adalah masa paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Masa ini terdiri dari 270 hari selama bayi berada dalam kandungan ibu, dan 730 hari atau dua tahun pertama kehidupan anak setelah dilahirkan.

Masa 1000 HPK sangat penting, karena anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan berdampak pada kualitas kesehatannya di masa akan datang. Saat bayi berada dalam kandungan adalah masa pembentukan dan perkembangan organ-organ tubuh penting, seperti otak, jantung, hati, ginjal, paru-paru, dan tulang. Perkembangan ini berlanjut setelah bayi dilahirkan hingga dua tahun setelah kelahiran.



Masa ini juga merupakan puncak perkembangan otak dan kemampuan berpikir anak.

PERKEMBANGAN OTAK ANAK

25% Saat Lahir

70% Di Usia 0 - 1 Tahun

85% Di Usia 1 - 3 Tahun

Kecukupan asupan gizi perlu diperhatikan, tidak hanya pada masa ini saja, tapi mulai dari calon pengantin, calon ibu, bayi dalam kandungan, hingga anak. Kekurangan asupan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak, seperti terkena penyakit tidak menular, terhambatnya kemampuan berpikir, sehingga anak kurang cerdas dan kompetitif, serta memiliki tubuh pendek atau stunting. Oleh karenanya, penting menjaga kesehatan sejak hamil untuk mencegah stunting.

Kehamilan

Masa keemasan seorang ibu.

Periksa paling sedikit 6 kali oleh dokter atau bidan.

Kehamilan adalah masa menyenangkan dalam kehidupan seorang ibu yang menantikan kehadiran buah hatinya.

YANG AKAN DIALAMI

Selama masa kehamilan 9 bulan, Ibu akan naik berat badannya sebanyak 5 – 18 kg sesuai dengan status gizi ibu sebelum hamil (lihat halaman 108).

Bayi dalam kandungan juga akan berkembang, yaitu

- Usia kehamilan 1-3 bulan: Kira-kira sebesar jeruk nipis di akhir bulan ke-3.
- Usia kehamilan 4-6 bulan: Kira-kira sebesar jagung di akhir bulan ke-6.
- Usia kehamilan 7-9 bulan: Kira-kira sebesar buah semangka di akhir bulan ke-9.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Segera periksa ke fasilitas pelayanan kesehatan, jika terlambat datang bulan 1 minggu.
- Periksa kehamilan ke fasilitas pelayanan kesehatan paling sedikit 6 kali.
- Makan dengan porsi lebih banyak atau lebih sering daripada sebelum hamil, dan cukup minum (lihat halaman 6, 16 & 38).
- Batasi konsumsi kopi, teh, dan minuman bersoda, hindari minum alkohol.
- Hindari merokok dan paparan asap rokok.
- Minum tablet tambah darah (TTD)/ multivitamin setiap hari selama kehamilan.
- Kenali dan cek tanda bahaya (lihat halaman 8, 17 & 20). Segera pergi ke rumah sakit jika dirujuk.
- Jangan minum obat yang tidak diresepkan oleh dokter.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Untuk mencegah masalah pada kehamilan.
- Agar bayi lahir cukup bulan pada usia kehamilan 38-40 minggu dengan berat badan lahir paling sedikit 2.5 kg dan panjang badan paling sedikit 48 cm.
- Untuk mempersiapkan ibu dan keluarga dalam menjalani kehamilan, melahirkan/ kelahiran dan perawatan bayi baru lahir.

Layanan kesehatan gratis selama kehamilan	
Pemeriksaan kehamilan oleh dokter, bidan dan tenaga kesehatan	Pemberian tablet tambah darah (TTD)/multivitamin bagi ibu hamil
Pemeriksaan status gizi	Pemeriksaan tekanan darah
Pemeriksaan laboratorium	Skrining kesehatan jiwa
Pemeriksaan kondisi bayi	Imunisasi Tetanus
USG 2 kali	Kelas ibu hamil

Lihat pencatatan dan pemeriksaan ibu hamil oleh tenaga kesehatan di halaman 96-108.

KIA 2024 Book 2.17.11 5 11/22/24 23:47

KEHAMILAN - TRIMESTER 1

Usia Kehamilan 1-3 Bulan (Trimester 1)

Masa Penting Pembentukan Bagian Tubuh Janin

Bulan ke-1
sebesar biji beras

Bulan ke-3
sebesar jeruk nipis

Selama 3 bulan pertama kehamilan, Ibu dan bayi akan mengalami berbagai perubahan.

YANG AKAN DIALAMI IBU

- Gejala mual, muntah dan mudah lelah. Pada masa ini juga rentan terjadi keguguran.
- Berat badan naik, yaitu sekitar 1-3 kg sesuai dengan grafik peningkatan berat badan (lihat halaman 108).

YANG AKAN DIALAMI BAYI

- Pada masa ini, bayi akan tumbuh mulai dari panjang 0.64 cm atau kira-kira sebesar biji beras, hingga 10 cm dan berat sekitar 28 gram atau kira-kira sebesar jeruk nipis.
- Bagian tubuh bayi, termasuk otak, mulai terbentuk.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Periksa kehamilan ke dokter paling sedikit satu kali, termasuk USG dan laboratorium lengkap.
- Makan dengan porsi lebih kecil tapi sering, yang terbagi dalam 3 kali makanan utama dan 2 kali makanan selingan (lihat tabel porsi makan dan minum Ibu Hamil di bawah).
- Minum Tablet Tambah Darah (TTD)/ Multivitamin setiap hari selama kehamilan.
- Kenali dan cek tanda bahaya (lihat halaman 8). Jika mengalami tanda bahaya, segera pergi ke fasilitas pelayanan kesehatan.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Memastikan kesehatan ibu dan perkembangan bayi.
- Agar dapat dirawat dengan segera jika ditemukan kondisi yang membahayakan ibu dan bayi.

Porsi Makan dan Minum Ibu Hamil Untuk Kebutuhan Sehari

Bahan Makanan	12 minggu pertama	Keterangan per porsi
Nasi atau Makanan Pokok	5 porsi	• 100 g atau 3/4 gelas nasi • 125 g atau 3 buah jagung sedang • 210 g atau 2 kentang sedang • 120 g atau 1/2 potong singkong • 70 g atau 3 iris roti putih • 200 g atau 2 gelas mie basah
Protein Hewani Ikan, Telur, Ayam dll.	4 porsi	• 50 g atau 1 potong sedang ikan • 55 g atau 1 butir telur Ayam
Protein Nabati Tempe, Tahu, dll.	4 porsi	• 50 g atau 1 potong sedang tempe • 100 g atau 2 potong sedang tahu
Sayur-sayuran	4 porsi	100 g atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah
Buah-buahan	4 porsi	• 100 g atau 1 potong sedang pisang • 100-190 g atau 1 potong besar pepaya
Minyak/Lemak	5 porsi	5 g atau 1 sendok teh, bersumber dari pengolahan makanan seperti menggoreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya. Minyak/lemak termasuk santan yang digunakan dalam pengolahan, makanan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan.
Gula	2 porsi	10 g atau 1 sendok makan bersumber dari kue-kue manis, minum teh manis dan lain-lainnya

Batasi konsumsi garam paling banyak 1 sendok teh/hari dan minum air putih 8 - 12 gelas per hari.

Petugas kesehatan menjelaskan porsi makan disesuaikan dengan bahan lokal.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan ibu hamil trimester 1 oleh tenaga kesehatan di halaman 99-101 .

Diisi oleh Ibu/Pendamping

Nama Pendamping

Hubungan dengan Bumil

Bulan ke	Usia kehamilan	Bulan/Tahun Contoh: 11/2024	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1																																	
2																																	
3																																	
4																																	
5																																	
6																																	
7																																	
8																																	
9																																	
10																																	

Jangan Lupa Minum TTD/MMS

Untuk mencegah kekurangan darah, TTD/MMS harus diminum setiap hari selama kehamilan. Sebaiknya pada malam hari sebelum tidur untuk mengurangi rasa mual. Agar zat besi diserap lebih baik dalam tubuh, TTD/MMS sebaiknya dikonsumsi bersama makanan atau minuman yang mengandung vitamin C seperti buah-buahan. Hindari minum TTD/MMS bersama teh, kopi, susu dan obat maag yang dapat menghambat penyerapan zat besi.

Cara Mengisi Tabel TTD/MMS

Pendamping menuliskan bulan dan tahun, serta berikan tanda ✔ (centang) pada kotak sesuai tanggal Anda minum.

KIA 2024 Book 2.17.11 6 11/22/24 23:47

Tanda Bahaya Pada Trimester 1

Jika mengalami tanda bahaya pada masa kehamilan, segera bawa ibu hamil periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

Demam Tinggi.

Nyeri perut hebat.

Mual dan muntah hebat.

Perdarahan.

Sakit saat kencing atau keluar keputihan atau gatal di daerah kemaluan.

Masalah Lain Pada Kehamilan

Batuk lama (lebih dari 2 minggu).

Demam, menggigil dan berkeringat. Bila ibu berada di daerah endemis malaria, menunjukkan adanya gejala penyakit malaria.

Diare berulang.

Jantung berdebar- debar atau nyeri di dada.

Sulit tidur dan cemas berlebihan.

Perawatan Sehari-hari Ibu Hamil

1. Menjaga kebersihan diri dengan mencuci tangan pakai sabun dan dibilas dengan air bersih yang mengalir, mandi, dan mengganti pakaian secara teratur
2. Istirahat cukup dengan tidur malam paling sedikit 6-7 jam dan tidur siang selama 1-2 jam.
3. Merangsang pertumbuhan bayi dengan sering berbicara pada bayi, dan melakukan sentuhan pada perut ibu.
4. Hubungan suami istri selama hamil boleh dilakukan selama kondisi kehamilan sehat.

Hal-hal yang Tidak Boleh Dilakukan Ibu Selama Kehamilan

Minum obat tanpa resep dokter.

Aktivitas berat yang membuat ibu kelelahan.

Merokok atau terpapar asap rokok.

Minum minuman beralkohol dan jamu.

Stres berlebihan.

Tidur telentang lebih dari 10 menit pada trimester 2 & 3, untuk menghindari kekurangan oksigen pada bayi.

Aktivitas Fisik yang Tidak Boleh Dilakukan Ibu Selama Hamil

Jongkok terlalu lama.

Melompat.

Risiko keseimbangan.

Membungkuk tanpa pegangan.

Mengejan.

Pada Trimester 1 ibu dapat melakukan latihan fisik, seperti pemanasan dan peregangan, senam panggul, pendinginan dan peregangan.

KIA 2024 Book 2.17.11 7 11/22/24 23:47

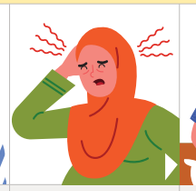
KEHAMILAN - TRIMESTER 1 & 2

Lembar Pemantauan Ibu Hamil (Diisi oleh ibu)

Trimester I & II

Beri tanda (✔) centang setiap periksa ke dokter dan cek kondisi mingguan Ibu. Jika mengalami kondisi di bawah ini, segera periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

Cek kondisi mingguan Ibu dan beri tanda (✔) centang jika mengalami kondisi dalam di bawah ini, segera periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

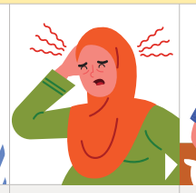
		Pelayanan Kesehatan		Pemantauan Mingguan			Pemantauan Mingguan					
												
	Minggu Kehamilan	Pemeriksaan kehamilan	Kelas ibu hamil	Demam lebih dari 2 hari	Pusing/sakit kepala berat	Sulit tidur/ cemas berlebih	Risiko TB Batuk lebih dari 2 minggu atau kontak serumah dengan penderita TB	Gerakan bayi Tidak ada atau Kurang dari 10x dalam 12 jam setelah minggu ke-24.	Nyeri perut hebat	Keluar cairan dari jalan lahir Sangat banyak atau berbau	Sakit saat kencing Atau keluar keputihan atau gatal di daerah kemaluan	Diare berulang
TRIMESTER 1	4											
	5											
	6											
	7											
	8											
	9											
	10											
	11											
	12											
TRIMESTER 2	13											
	14											
	15											
	16											
	17											
	18											
	19											
	20											
	21											
	22											
	23											
	24											

KIA 2024 Book 2.17.11 8 11/22/24 23:47

KEHAMILAN - TRIMESTER 2 & 3

Lembar Pemantauan Ibu Hamil (Diisi oleh ibu)

Beri tanda (✔) centang setiap periksa ke dokter dan cek kondisi mingguan Ibu. Jika mengalami kondisi di bawah ini, segera periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

		Pelayanan Kesehatan		Pemantauan Mingguan		
						
	Minggu Kehamilan	Pemeriksaan kehamilan	Kelas ibu hamil	Demam lebih dari 2 hari	Pusing/sakit kepala berat	Sulit tidur/ cemas berlebih
TRIMESTER 2	25					
	26					
	27					
TRIMESTER 3	28					
	29					
	30					
	31					
	32					
	33					
	34					
	35					
	36					
	37					
	38					
	39					
	40					
	41					
	42					

Trimester II & III

Cek kondisi mingguan Ibu dan beri tanda (✔) centang jika mengalami kondisi dalam di bawah ini, segera periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

Pemantauan Mingguan					
Risiko TB Batuk lebih dari 2 minggu atau kontak serumah dengan penderita TB	Gerakan bayi Tidak ada atau Kurang dari 10x dalam 12 jam setelah minggu ke-24.	Nyeri perut hebat	Keluar cairan dari jalan lahir Sangat banyak atau berbau	Sakit saat kencing Atau keluar keputihan atau gatal di daerah kemaluan	Diare berulang

KIA 2024 Book 2.17.11 9 11/22/24 23:47

KEHAMILAN - TRIMESTER 1

Kesehatan Jiwa Ibu Hamil

Selama kehamilan Ibu dapat mengalami berbagai gejolak emosi, seperti mudah sedih, mudah marah, stres, cemas, dan depresi. Hal ini akan mempengaruhi kesehatan fisik dan emosi ibu hamil, serta perkembangan bayi dalam kandungannya.

Kenali gejala gangguan kesehatan jiwa agar Ibu mendapat perawatan yang tepat, antara lain

- Ketegangan mental, berupa kecemasan dan rasa khawatir yang berlebihan.
- Ketegangan fisik seperti gelisah, gemetar, tidak dapat rileks, ketegangan otot, dan sakit kepala.
- Berdebar, berkeringat, sesak napas, kepala terasa ringan, serta keluhan tidak nyaman di perut bagian atas sekitar ulu hati.
- Merasa lelah berkepanjangan, tapi sulit untuk tidur.
- Mudah tersinggung dan marah.
- Mengalami perubahan hubungan dengan suami.

YANG HARUS DILAKUKAN

Ibu tidak bisa menjalani kehamilan sendiri dan membutuhkan dukungan suami dan keluarga. Jaga kesehatan jiwa Ibu selama kehamilan dengan

- Tidur cukup
- Makan makanan bergizi
- Pergi ke Puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan untuk melakukan pemeriksaan masalah kesehatan jiwa.
- Suami atau keluarga mendampingi, serta memberi perhatian dan bantuan yang dibutuhkan Ibu.

Kesehatan jiwa yang baik selama kehamilan adalah kunci untuk proses melahirkan yang sehat, dan awal yang baik bagi kesehatan fisik maupun mental ibu dan bayi.

Ikuti Kelas Ibu Hamil

Dengan mengikuti kelas ibu hamil, ibu bisa mempersiapkan tubuh dan mental untuk kelancaran proses melahirkan. Selain itu juga mendapatkan dukungan dari ibu-ibu lain, serta memperoleh informasi tentang kehamilan, proses melahirkan, perawatan masa nifas, perawatan bayi baru lahir, kebutuhan dan pemenuhan gizi serta pelayanan kesehatan yang diterima.

Untuk jadwal dan tempat pelaksanaan Kelas ibu hamil tanyakan pada petugas kesehatan, dan minta suami mengikuti paling sedikit 1 kali.

Tanyakan pada petugas kesehatan jadwal dan tempat pelaksanaan Kelas Ibu Hamil.

Absensi Kehadiran Kelas Ibu Hamil (Diisi oleh ibu)

No.	Tanggal	Tanggal, Nama & Paraf Kader
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		

KIA 2024 Book 2.17.11 10 11/22/24 23:47

KEHAMILAN - TRIMESTER 2

Usia Kehamilan 4-6 Bulan (Trimester 2)

Saatnya Mulai Merencanakan Kelahiran

Bulan ke-4
sebesar apel

Bulan ke-6
sebesar jagung

YANG AKAN DIALAMI IBU

- Gejala yang dirasakan pada awal kehamilan mulai berkurang.
- Kenaikan berat badan sesuai dengan status gizi ibu sebelum hamil, yaitu sekitar 4 – 8 kg.
- Mulai merasakan gerak bayi, seperti menendang, pada usia kehamilan 5 bulan.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Periksa kehamilan ke dokter atau bidan paling sedikit dua kali.
- Pantau gerak bayi.
- Makan dengan porsi lebih kecil tapi sering, yang terbagi dalam 3 kali makanan utama ditambah dengan 1-2 kali makanan kudapan dalam sehari (lihat tabel porsi makan dan minum Ibu Hamil di bawah).
- Minum Tablet Tambah Darah (TTD)/ Multivitamin setiap hari selama kehamilan.
- Kenali dan cek tanda bahaya (lihat halaman 17). Jika mengalami tanda bahaya, segera pergi ke fasilitas pelayanan kesehatan.
- Mulai merencanakan proses melahirkan atau kelahiran melalui diskusi dengan tenaga kesehatan.

YANG AKAN DIALAMI BAYI

Fungsi organ dan tubuh bayi berkembang, dimana bayi akan tumbuh mulai dari panjang 12.5 cm atau kira-kira sebesar apel sampai 34 cm dan berat sekitar 1000 gram, atau kira-kira sebesar jagung di akhir bulan ke 6.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Untuk memastikan ibu tetap sehat dan pertumbuhan bayi sesuai tahapannya.
- Agar ibu dan keluarga sudah memiliki perencanaan proses melahirkan/kelahiran sejak jauh hari.

Porsi Makan dan Minum Ibu Hamil Untuk Kebutuhan Sehari

Bahan Makanan	12-40 minggu	Keterangan per porsi
Nasi atau Makanan Pokok	6 porsi	• 100 g atau 3/4 gelas nasi • 125 g atau 3 buah jagung sedang • 210 g atau 2 kentang sedang • 120 g atau 1/2 potong singkong • 70 g atau 3 iris roti putih • 200 g atau 2 gelas mie basah
Protein Hewani Ikan, Telur, Ayam dll.	4 porsi	• 50 g atau 1 potong sedang ikan • 55 g atau 1 butir telur Ayam
Protein Nabati Tempe, Tahu, dll.	4 porsi	• 50 g atau 1 potong sedang tempe • 100 g atau 2 potong sedang tahu
Sayur-sayuran	4 porsi	100 g atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah
Buah-buahan	4 porsi	• 100 g atau 1 potong sedang pisang • 100-190 g atau 1 potong besar pepaya
Minyak/Lemak	5 porsi	5 g atau 1 sendok teh, bersumber dari pengolahan makanan seperti menggoreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya. Minyak/lemak termasuk santan yang digunakan dalam pengolahan, makanan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan.
Gula	2 porsi	10 g atau 1 sendok makan bersumber dari kue-kue manis, minum teh manis dan lain-lainnya

Batasi konsumsi garam paling banyak 1 sendok teh/hari dan minum air putih 8 - 12 gelas per hari.

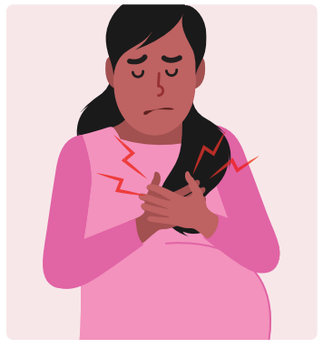
Petugas kesehatan menjelaskan porsi makan disesuaikan dengan bahan lokal.

Tanda Bahaya Pada Trimester 2

Jika mengalami tanda bahaya pada masa kehamilan, segera bawa ibu hamil periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

Demam Tinggi.

Muntah darah.



Napas pendek dan jantung berdebar kencang.

Nyeri perut hebat.

Pandangan kabur.

Perdarahan.

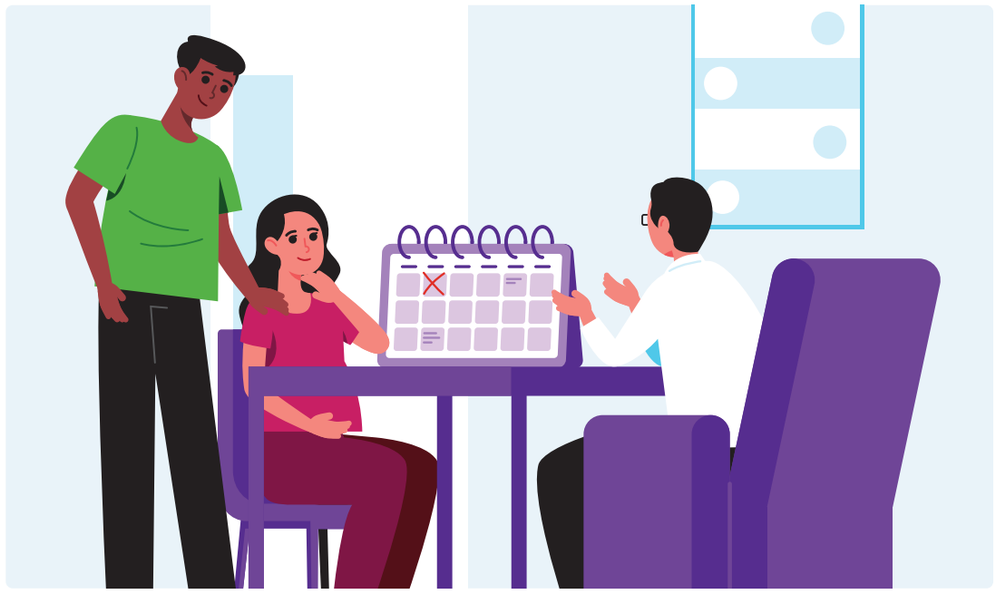
Perdarahan atau keluar cairan dari jalan lahir yang sangat banyak atau berbau.

Pusing/sakit kepala berat.

Sakit saat kencing atau keluar keputihan atau gatal di daerah kemaluan

KIA 2024 Book 2.17.11 11 11/22/24 23:47

Persiapan Melahirkan (Diisi oleh ibu)



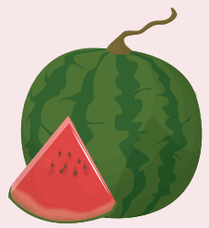
Demi kelancaran proses melahirkan, persiapan harus dilakukan jauh-jauh hari, yaitu mulai trimester kedua. Beri tanda (✓) centang hal-hal yang sudah Ibu lakukan di bawah ini.

- ☐ Saya sudah menanyakan kepada bidan dan dokter tanggal perkiraan proses melahirkan, Tanggal ..... Bulan ..... Tahun .....
- ☐ Saya sudah meminta suami atau keluarga untuk mendampingi saat periksa kehamilan dan proses melahirkan.
- ☐ Saya sudah mempersiapkan tabungan atau dana cadangan untuk biaya proses melahirkan dan biaya lainnya.
- ☐ Saya sudah memperoleh Kartu JKN dan mendaftarkan diri ke kantor BPJS Kesehatan setempat, atau bertanya ke petugas Puskesmas.
- ☐ Saya sudah meminta proses melahirkan dilakukan oleh bidan/dokter di Puskesmas, Rumah Sakit atau Klinik Bersalin.
- ☐ Saya sudah menyiapkan KTP, Kartu Keluarga, dan keperluan lainnya untuk ibu dan bayi yang akan dilahirkan.
- ☐ Saya sudah menyiapkan lebih dari 1 orang yang memiliki golongan darah sama dan bersedia menjadi pendonor, jika diperlukan.
- ☐ Suami, keluarga dan masyarakat sudah menyiapkan kendaraan jika sewaktu-waktu diperlukan.
- ☐ Saya dan keluarga sudah menyepakati amanat proses melahirkan dalam stiker P4K dan sudah ditempelkan di depan rumah.
- ☐ Saya sudah merencanakan ikut Keluarga Berencana (KB) setelah bersalin. Metode KB yang saya pilih adalah ..... (lihat halaman 33).

Usia Kehamilan 7-9 Bulan (Trimester 3)

Persiapan Menyambut Kehadiran Si Kecil

Bulan ke-7
sebesar pepaya



Bulan ke-9
sebesar semangka

Selamat, Ibu sudah mencapai masa terakhir kehamilan! Sebentar lagi ibu, ayah, dan keluarga akan bertemu dengan anggota keluarga baru.

YANG AKAN DIALAMI IBU

- Sering merasa lelah, tidak nyaman, dan sulit tidur.
- Sering buang air kecil dan kakinya bengkak.
- Kenaikan berat badan sesuai dengan status gizi ibu sebelum hamil, yaitu sekitar 4 – 8 kg.

YANG AKAN DIALAMI BAYI

- Perkembangan fungsi organ dan tubuh bayi memasuki tahap akhir dan bayi siap dilahirkan.
- Bayi akan tumbuh mulai dari panjang 40 cm dan berat sekitar 1300 gram, atau kira-kira sebesar buah pepaya, hingga panjang paling sedikit 48 cm dan berat sekitar 2500 – 3999 gram, atau kira-kira sebesar buah semangka di akhir trimester 3.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Periksa kehamilan paling sedikit tiga kali dan salah satunya harus oleh dokter, termasuk pemeriksaan USG dan laboratorium.
- Makan dengan porsi lebih kecil tapi sering, yang terbagi dalam 3 kali makanan utama ditambah dengan 1-2 kali makanan kudapan dalam sehari (lihat halaman 16) sama dengan trimester 2.
- Minum Tablet Tambah Darah (TTD)/ Multivitamin setiap hari selama kehamilan.
- Kenali dan cek tanda bahaya (lihat halaman 20). Jika mengalami tanda bahaya, segera pergi ke fasilitas pelayanan kesehatan.
- Kenali tanda awal melahirkan dan tanda bahaya pada melahirkan.
- Pelajari proses melahirkan.
- Diskusikan dengan tenaga kesehatan metode KB yang akan dipilih.
- Pelajari pentingnya Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan pemberian Air Susu Ibu (ASI).
- Ketahui hal-hal penting terkait perawatan bayi baru lahir.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Agar ibu mendapatkan pemeriksaan menyeluruh, untuk dapat menentukan di mana sebaiknya ibu melahirkan.
- Agar ibu dan keluarga siap untuk menghadapi proses kelahiran dan merawat bayi yang dilahirkan.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan ibu hamil trimester 3 oleh tenaga kesehatan di halaman 102-106.

MITOS Minyak dan makanan pedas dapat mempercepat kelahiran.

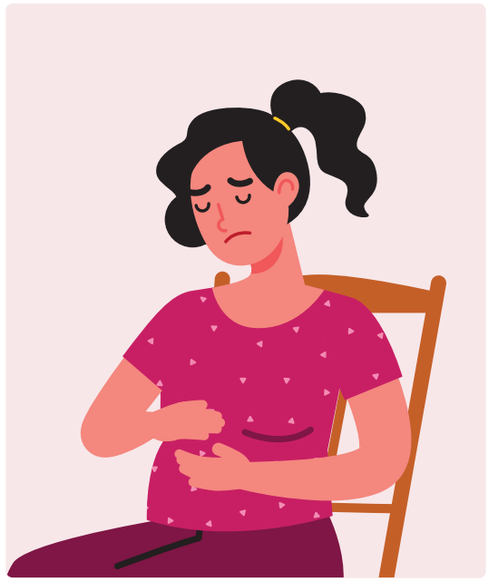
FAKTA Mitos ini tidak terbukti secara ilmiah ya, Bu.
Yang terpenting adalah menjaga pola makan seimbang dan memenuhi kebutuhan gizi agar ibu dan bayi tetap sehat selama proses melahirkan.

Ibu juga bisa menanyakan ke kader atau bidan soal makanan dan minuman yang harus dikonsumsi.

KIA 2024 Book 2.17.11 12 11/22/24 23:47

Tanda Bahaya Pada Trimester 3

Jika mengalami tanda bahaya pada masa kehamilan, segera bawa ibu hamil periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.



Gerakan bayi tidak ada/kurang dari 10 kali dalam 12 jam.

Ketuban pecah namun tidak ada kontraksi.

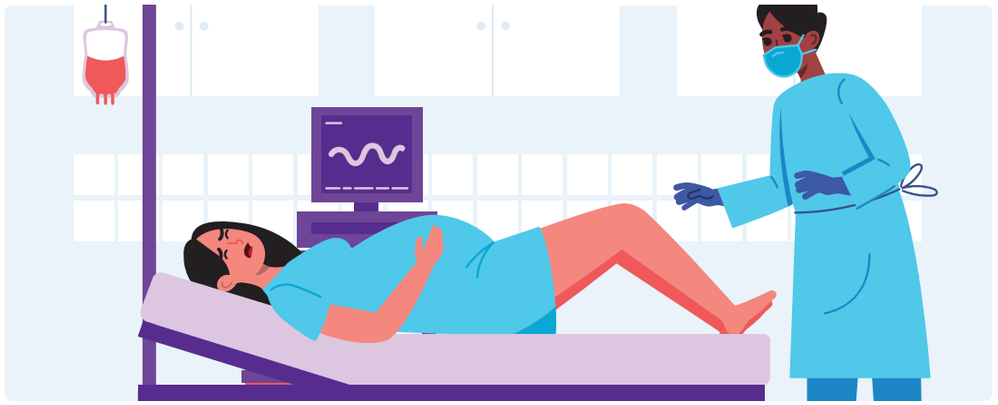
Nyeri perut hebat di antara kontraksi.

Perdarahan hebat.

Pusing/sakit kepala berat.

Melahirkan

Saatnya Sambut Kehadiran Sang Buah Hati



Proses melahirkan harus dilakukan di Puskesmas, Rumah Sakit atau Klinik Bersalin, sehingga jika terjadi masalah dapat ditangani segera.

Masa yang dinanti-nanti telah tiba! Setelah melalui masa kehamilan 9 bulan lebih, kini saatnya mempersiapkan kelahiran si kecil dengan baik.

YANG AKAN DIALAMI

- Ibu akan melahirkan idealnya pada usia kehamilan 38-40 minggu.
- Ketika proses melahirkan dimulai, Ibu akan mengalami pembukaan jalan lahir, keluarnya lendir bercampur darah, merasakan mulas-mulas yang teratur, semakin sering dan semakin lama.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Pergi ke Puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan sesuai dengan perencanaan melahirkan, bila ibu merasakan tanda awal melahirkan.
- Siapkan pendamping proses melahirkan dan apa saja yang perlu dibawa ibu.
- Ibu dan bayi dirawat dalam satu ruangan jika kondisi keduanya baik.
- Ibu dan bayi dirawat di puskesmas, Rumah Sakit atau klinik bersalin paling sedikit 24 jam setelah melahirkan normal.
- Lakukan perawatan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) atau kontak kulit ke kulit antara ibu dengan bayinya segera setelah melahirkan sampai paling sedikit 1 jam.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Melahirkan dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan untuk mempercepat penanganan yang tepat, jika terjadi masalah pada saat melahirkan.
- Kontak kulit ke kulit dengan bayi penting untuk menjaga kehangatan bayi, membangun ikatan kasih sayang antara ibu dan anak (bonding), serta awal keberhasilan menyusui, dimana bayi mendapat Air Susu Ibu pertama (Kolostrum) untuk menjaga kekebalan tubuhnya.
- Ibu dan bayi tetap dirawat paling sedikit 24 jam untuk pemantauan kesehatan dan tanda bahaya.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan persiapan ibu melahirkan oleh tenaga kesehatan di halaman 110-115.

KIA 2024 Book 2.17.11 13 11/22/24 23:47

Tanda Awal Proses Melahirkan

Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir atau keluar cairan ketuban dari jalan lahir.

Perut mulas-mulas yang teratur, timbulnya semakin sering dan semakin lama.

Tanda Bahaya Pada Proses Melahirkan

Jika mengalami tanda bahaya pada proses melahirkan, petugas kesehatan segera rujuk ibu ke Rumah Sakit.

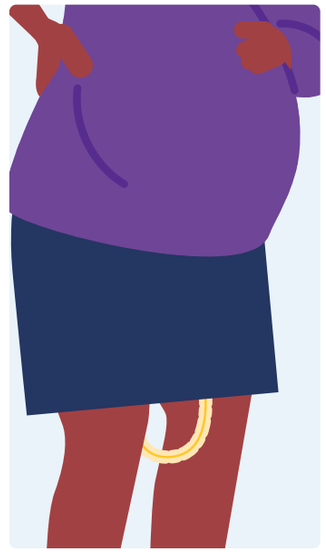
Air ketuban hijau dan berbau.

Ibu gelisah atau mengalami kesakitan yang hebat.

Ibu mengalami kejang.

Ibu tidak kuat mengejan.

Perdarahan lewat jalan lahir



Tali pusat atau tangan bayi keluar dari jalan lahir.

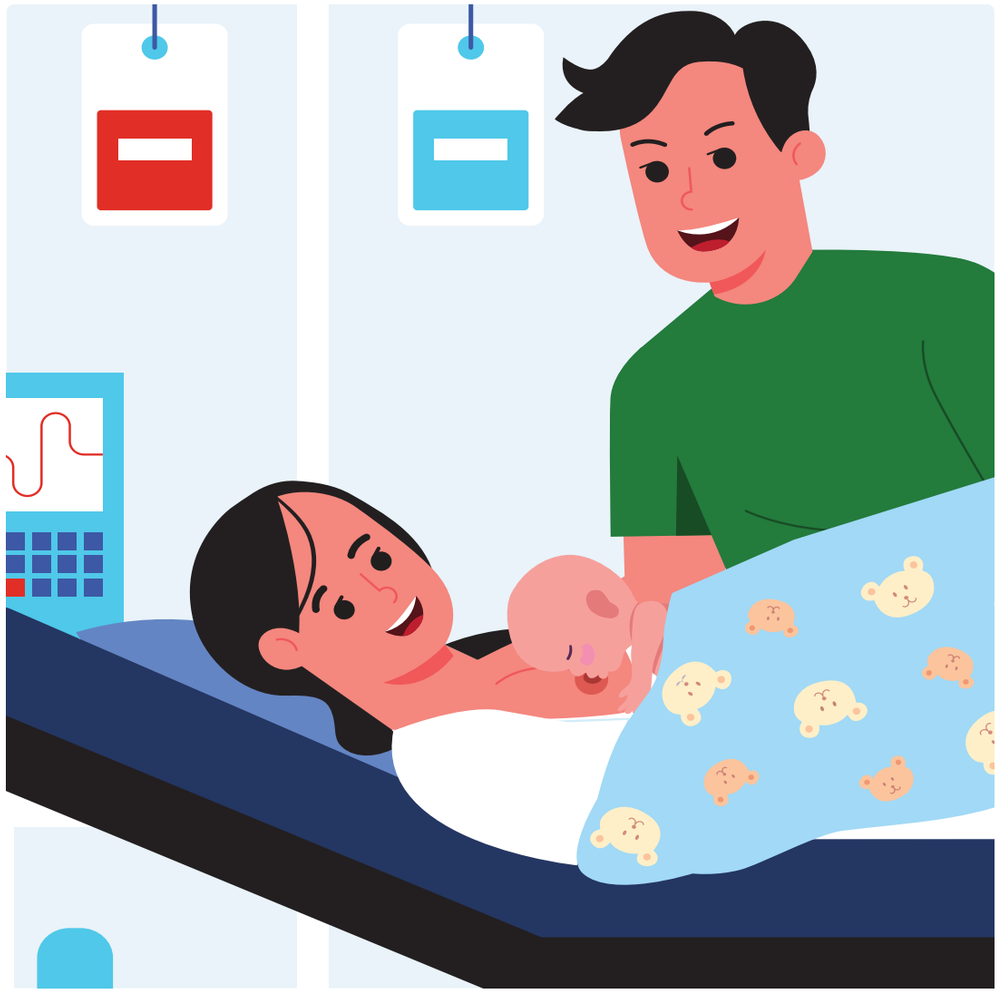
KIA 2024 Book 2.17.11 14 11/22/24 23:47

MELAHIRKAN

Proses Melahirkan (Diisi oleh ibu)

- ☐ Tanda-tanda akan bersalin didahului dengan mulas teratur, semakin lama semakin kuat.
- ☐ Pada kehamilan pertama, biasanya bayi baru lahir setelah 12 jam sejak mulas-mulas. Pada kehamilan kedua dan berikutnya, biasanya bayi lahir lebih cepat dibandingkan anak pertama.
- ☐ Ibu berhak memilih didampingi atau tidak, dan siapa pendampingnya.
- ☐ Ibu berhak memilih posisi proses melahirkan yang diinginkan, diskusikan dengan petugas posisi yang aman.
- ☐ Jika terasa ingin buang air besar, segera beritahu petugas.
- ☐ Untuk mengurangi rasa sakit ketika bersalin, tarik nafas melalui hidung dan keluarkan lewat mulut.
- ☐ Setelah bayi lahir, lakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dengan cara kontak kulit ke kulit antara bayi dan ibunya segera setelah kelahiran dan berlangsung selama 1 jam.

Inisiasi Menyusu Dini (IMD)



Bayi yang baru lahir harus segera mendapatkan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) melalui kontak kulit ke kulit dengan ibunya dalam waktu 1 jam setelah kelahiran. Setelah menyusu pada jam pertama, bayi biasanya akan tidur panjang dan menyusu lagi jika lapar.

Manfaat IMD pada ibu dan bayi adalah sebagai berikut:

- Menciptakan rasa tenang dan nyaman pada ibu dan bayi melalui kontak kulit ke kulit.
- Kandungan kolostrum dalam ASI mengandung gizi dan antibodi dari ibu, sehingga bisa meningkatkan daya tahan tubuh dan ketahanan hidup bayi,
- Meningkatkan kesehatan sistem pencernaan bayi, sehingga mengurangi risiko diare pada bayi.
- Menstimulasi produksi ASI dan meningkatkan durasi menyusui.
- Mengurangi pendarahan karena gerakan bayi di atas perut ibu dapat membantu menstimulasi kontraksi rahim.
- Mempercepat proses pelepasan plasenta.

KIA 2024 Book 2.17.11 15 11/22/24 23:47

Setelah Melahirkan

Periksa ke Dokter/Bidan/Perawat Paling Sedikit 4 Kali

Pertama	Kedua	Ketiga	Keempat
6 jam - 2 hari setelah melahirkan	3 - 7 hari setelah melahirkan	8 - 28 hari setelah melahirkan	29 - 42 hari setelah melahirkan

Selamat, Ibu sudah melahirkan si kecil! Pada masa ini, ibu ayah dan keluarga perlu memperhatikan kesehatan ibu dan bayi,

YANG AKAN DIALAMI

- Masa pemulihan ibu setelah hamil dan melahirkan, dimana ibu akan mengalami banyak perubahan fisik, hormonal, maupun emosional.
- Kolostrum (ASI pertama) mulai keluar dengan jumlah sekitar 5-10 ml pada hari pertama kelahiran. Lalu ASI akan semakin bertambah jumlahnya dari hari ke hari, seiring dengan semakin seringnya ibu menyusui bayinya.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Ibu dan bayi periksa ke fasilitas pelayanan kesehatan setidaknya 4 kali, yaitu
  - 1 kali pada 6 – 48 jam
  - 1 kali pada 3 – 7 hari
  - 1 kali pada 8 – 28 hari
  - 1 kali untuk ibu saja pada 29 – 42 hari
- Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) untuk mencegah kekurangan darah (anemia).
- Kenali dan cek tanda bahaya setelah melahirkan, dan segera ke fasilitas pelayanan kesehatan, jika merasakan tanda bahaya.
- Periksa ke fasilitas pelayanan kesehatan, jika dalam 2 minggu atau lebih setelah melahirkan, ibu merasa mudah murung, sedih, depresi, dan gejala gangguan jiwa lainnya.
- Dalam sehari, makan lebih banyak dan lebih sering, terdiri dari 3 kali makanan utama dan 1-2 kali makanan kudapan, sesuai dengan anjuran porsi makan (lihat tabel porsi makan dan minum Ibu Menyusui).
- Makan makanan beragam, terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur dan buah, serta cukup minum.
- Segera menemui tenaga kesehatan atau konselor menyusui, jika mengalami masalah dalam menyusui.
- Ayah dan keluarga berbagi peran pengasuhan serta membantu ibu merawat bayi dan menyusui, seperti memijat dengan lembut punggung ibu.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Untuk memantau kesehatan ibu setelah melahirkan hingga 42 hari setelah melahirkan, memeriksa adanya infeksi, perdarahan setelah melahirkan, atau masalah kesehatan lainnya,
- Memenuhi kebutuhan makan ibu, agar ibu dapat memberikan ASI kepada bayinya dengan sepenuhnya.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan setelah ibu melahirkan oleh tenaga kesehatan di halaman 116-120.

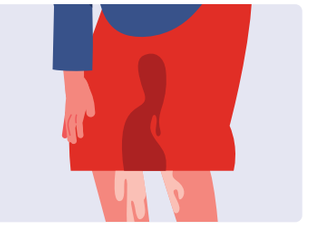
Tanda Bahaya Pada Ibu Setelah Melahirkan (Nifas)

Kematian ibu tertinggi terjadi pada masa setelah melahirkan.

Jika mengalami tanda bahaya pada masa setelah melahirkan, segera bawa ibu periksa ke Puskesmas/Rumah Sakit.

Demam lebih dari 2 hari.

Ibu terlihat sedih, murung dan menangis tanpa sebab (depresi).



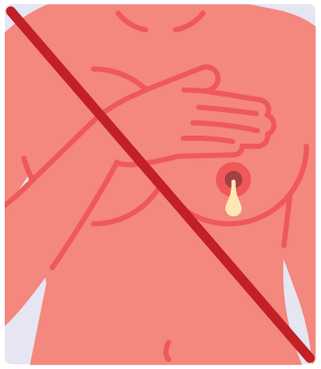
Keluar cairan berbau dari jalan lahir.

Nyeri ulu hati, mual muntah, sakit kepala, pandangan kabur, kejang dengan atau tanpa bengkak pada kaki, tangan dan wajah.

Payudara bengkak, merah disertai rasa sakit.

Perdarahan lewat jalan lahir.

Hal-hal yang Tidak Boleh Dilakukan oleh Ibu Setelah Melahirkan dan Selama Pemulihan.

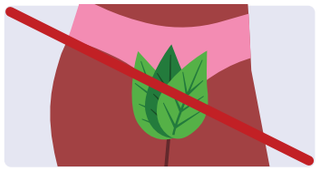


Membuang ASI yang pertama keluar (kolostrum) karena sangat berguna untuk kekebalan tubuh anak.

Membersihkan payudara dengan alkohol/povidon iodine/obat merah atau sabun karena bisa terminum oleh bayi.

Latihan fisik posisi telungkup.

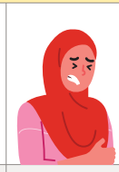
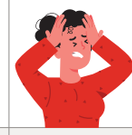
Mengikat perut terlalu kencang.



Menempelkan daun-daunan pada kemaluan karena akan menimbulkan infeksi.

Lembar Pemantauan Ibu Nifas (Diisi oleh ibu) A

Cek kondisi Ibu setiap hari dan beri tanda (✓) centang jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

	Pelayanan Kesehatan			Pemantauan Harian						
										
Hari ke-	Pemeriksa-an nifas.	Konsumsi vitamin A.	Konsumsi tablet tambah darah.	Pemenuhan gizi sesuai kebutuhan.	Masalah kesehatan jiwa.	Demam > 38°C.	Sakit kepala.	Pandangan kabur.	Nyeri ulu hati.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										

KIA 2024 Book 2.17.11 16

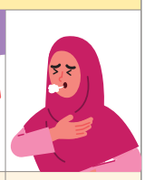
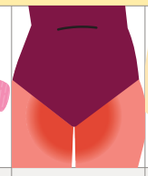
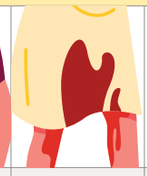
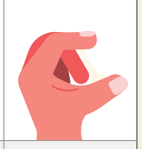
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										
32										
33										
34										
35										
36										
37										
38										
39										
40										
41										
42										

SETELAH MELAHIRKAN

11/22/24 23:47

Lembar Pemantauan Ibu Nifas (Diisi oleh ibu) B

Cek kondisi Ibu setiap hari dan beri tanda (✓) centang jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

	Pelayanan Kesehatan			Pemantauan Harian						
										
Hari ke-	Jantung berdebar.	Keluar cairan dari jalan lahir.	Napas pendek/ terengah-engah.	Payudara bengkak/ nyeri/ada benjolan.	Gangguan buang air kecil.	Area kelamin bengkak/ nyeri/luka.	Darah nifas berbau/ mengalir/ perut nyeri.	Pendarahan > 2 pembalut kurun 5 menit.	Keputihan.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										

15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										
32										
33										
34										
35										
36										
37										
38										
39										
40										
41										
42										

KIA 2024 Book 2.17.11 18 11/22/24 23:47

Depresi Setelah Melahirkan

Setelah melahirkan, ibu dapat mengalami depresi atau yang biasa disebut *postpartum depression*, sebagai berikut:

BABY BLUES

Terjadi setelah melahirkan dan memuncak dalam beberapa hari hingga 2 minggu. **Gejala:** Suasana perasaan tidak stabil, mudah menangis, sulit tidur, mudah cemas dan mudah tersinggung.

DEPRESI SETELAH MELAHIRKAN

- Terjadi dalam 2 minggu setelah melahirkan, secepatnya 48-72 jam pertama pasca melahirkan. **Gejala:** Mudah tersinggung, perubahan perasaan dan perilaku yang tidak serasi/sesuai, gangguan tidur, berhalusinasi dan mengalami waham/delusi.
- Terjadi sekitar 4 minggu setelah melahirkan, paling sedikit selama 2 minggu berturut-turut. **Gejala:** Merasa sangat sedih, tertekan, sulit konsentrasi, gangguan tidur, tidak selera makan/banyak makan, mudah tersinggung, mudah marah, merasa lelah, tidak bergairah melakukan aktivitas harian, perasaan bersalah, khawatir tidak dapat menjadi ibu yang baik, pikiran untuk melukai diri/bayinya dan merasa menderita terhadap gejala yang dialami.

Pencegahan

- Ibu hamil dan setelah melahirkan beserta keluarga dapat mengenali dan memahami tanda-tanda atau gejala-gejala masalah kesehatan jiwa.
- Pada saat hamil, kontrol dengan teratur ke bidan atau dokter sesuai jadwal.
- Mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi termasuk vitamin.
- Deteksi dini faktor risiko pada ibu hamil atau pasca melahirkan beserta keluarga.
- Dukungan dan perhatian dari suami, keluarga dan teman selama masa kehamilan dan pasca melahirkan.

Penanganan

- Dukungan keluarga, terutama suami, sehingga tidak hanya bayinya saja yang diperhatikan.
- Ada yang membantu mengasuh bayinya.
- Mengajak bicara mengenai perasaannya.
- Program kunjungan rumah oleh tenaga kesehatan.
- Melakukan konseling dengan tenaga kesehatan.
- Terapi dengan obat-obatan.

Keluarga Berencana (Diisi oleh ibu)

Untuk mewujudkannya, penting untuk memiliki kesehatan fisik dan mental dalam kondisi layak untuk hamil, yaitu

- Usia 20-35 tahun dan jarak kehamilan 2 tahun untuk mengurangi angka kematian ibu melahirkan.
- Jumlah anak kurang dari 3 untuk kecukupan gizi dan perawatan anak.

MERENCANAKAN KEHAMILAN YANG SEHAT

Kehamilan yang sehat adalah kehamilan yang direncanakan, diinginkan, dan dijaga perkembangannya dengan baik. Tujuannya agar ibu dapat menjalani kehamilan dan melahirkan yang sehat dan aman, serta melahirkan bayi yang sehat.

KELUARGA BERENCANA (KB)

Program KB (keluarga berencana) pasca melahirkan mencakup pemanfaatan atau penggunaan alat kontrasepsi langsung sesudah melahirkan sampai 6 minggu atau 42 hari sesudah melahirkan. Prinsip pemilihan metode kontrasepsi yang digunakan tidak mengganggu produksi ASI dan sesuai dengan kondisi ibu.

☐ Mengapa Perlu Ikut ber KB?

- Mengatur jarak dan mencegah kehamilan, agar tidak terlalu dekat (paling sedikit 2 tahun setelah melahirkan.
- Mengatur jumlah anak agar ibu tidak terlalu sering melahirkan (sebaiknya tidak lebih dari tiga).
- Mencegah kehamilan yang tidak diinginkan.
- Menjaga dan meningkatkan kesehatan ibu, bayi dan balita.
- Ibu memiliki waktu dan perhatian yang cukup untuk dirinya sendiri, anak dan keluarga.

☐ Metode Kontrasepsi Jangka Panjang

- Metode Operasi Wanita (MOW), Metode Operasi Pria (MOP)
- Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR)/ spiral, jangka waktu penggunaan bisa sampai 10 tahun.
- Implan (alat kontrasepsi bawah kulit), jangka waktu penggunaan 3 tahun.

☐ Non Metode Kontrasepsi Jangka Panjang

- Pil KB.
- Kondom.
- Kontrasepsi suntik 3 bulan diberikan setelah 6 minggu pasca melahirkan. Untuk ibu menyusui, tidak disarankan menggunakan KB suntik 1 bulan, karena akan mengganggu produksi ASI.

Pernyataan	Paraf Ibu
Bersedia menggunakan KB pasca salin	

KIA 2024 Book 2.17.11 19 11/22/24 23:47

Menyusui

Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental Ibu Setelah Melahirkan

Menyusui bayi secara langsung dapat mempercepat proses pemulihan ibu setelah melahirkan.

Air susu ibu (ASI) mengandung semua gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh kembang sehat serta menjaga daya tahan tubuhnya. Oleh karena itu, penting bagi Ibu untuk memberikan hanya ASI saja kepada bayi hingga usia 6 bulan, kemudian dilanjutkan hingga usia 2 tahun.

Namun ternyata, pemberian ASI lewat menyusui tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan si kecil, tapi juga ibu. Apa saja manfaat menyusui bagi ibu?

- Mencegah terjadinya kanker payudara.
- Mempercepat kembali ke berat badan semula, karena menyusui merupakan aktivitas yang menguras energi.
- Menjadi metode KB alami.
- Membantu mempercepat rahim kembali ke ukuran semula.
- Mencegah perdarahan setelah melahirkan.
- Memperkuat ikatan dengan bayi, yang dapat mengurangi rasa cemas dan perasaan takut tidak bisa menjadi ibu yang baik, serta menjaga kesehatan mental Ibu.

Dapatkan layanan konseling menyusui secara gratis di Puskesmas.

Pindai kode QR untuk mendapatkan layanan konsultasi online.

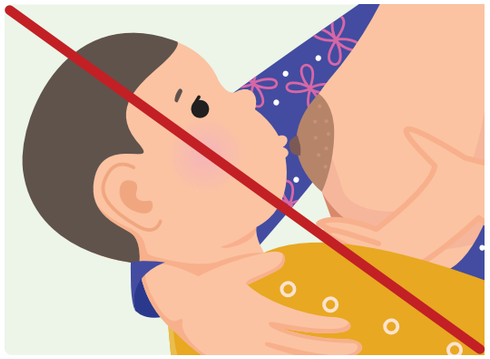
Ibu Menyusui (Diisi oleh ibu)

Menyusui bayi bermanfaat untuk pemulihan rahim dan kesehatan payudara Ibu, dan ASI adalah gizi terbaik bagi bayi.

☐ Cara Menyusui yang Benar

- Menyusui sesering mungkin atau semau bayi (8-12 kali sehari atau lebih.
- Bila bayi tidur lebih dari 3 jam, bangunkan, lalu susui.
- Susui sampai payudara terasa kosong, lalu pindah ke payudara sisi yang lain.
- Apabila bayi sudah kenyang, tetapi payudara masih terasa penuh/kencang, maka payudara perlu diperah, dan ASI disimpan. Hal ini bertujuan mencegah mastitis dan menjaga pasokan ASI.

☐ Posisi dan Pelekatan Menyusui yang Benar



Posisi

- Kepala dan badan bayi membentuk garis lurus.
- Wajah bayi menghadap payudara, hidung berhadapan dengan puting susu.
- Badan bayi dekat ke tubuh ibu.
- Ibu menggendong/mendekap badan bayi secara utuh.

Pelekatan

- Bayi dekat dengan payudara dengan mulut terbuka lebar.
- Dagu bayi menyentuh payudara.
- Bagian areola di atas lebih banyak terlihat dibanding di bawah mulut bayi.
- Bibir bawah bayi memutar keluar (dower).

☐ Posisi Menyusui Bayi Kembar

KIA 2024 Book 2.17.11 20 11/22/24 23:47

MENYUSUI

Cara Memerah dan Menyimpan ASI

- Cuci bersih dengan sabun cangkir/gelas kecil yang akan digunakan untuk wadah.
- Tuangkan air mendidih ke dalam cangkir dan diamkan beberapa menit untuk membunuh sebagian besar kuman.
- Buang air dari cangkir ketika akan digunakan.
- Untuk memerah kolostrum atau ASI pada hari-hari pertama gunakan wadah berupa sendok karena akan sulit mengumpulkan dalam cangkir.

- Letakkan ibu jari di atas puting dan areola payudara, sedangkan jari telunjuk dan jari tengah di bawahnya, di seberang ibu jari.
- Tekan payudara di belakang puting dan areola diantara ibu jari dan jari telunjuk.
- Tekan dan lepaskan sampai ASI mulai menetes. Tekan areola dari samping, untuk memastikan ASI keluar semua.
- Perah satu payudara setidaknya 3-5 menit, kemudian perah sisi lainnya, lalu ulangi kedua sisi. Ibu dapat berganti tangan jika lelah.
- Waktu untuk memerah ASI sekitar 20-30 menit.

- Simpan ASI pada suhu ruangan maksimal 6 jam di tempat paling dingin dalam ruangan atau kulkas.
- Jika menyimpan di beberapa wadah, beri label tanggal.
- Utamakan memberi ASI segar (bukan beku) segera setelah diperah, dalam waktu satu jam.
- Jangan merebus ASI atau memanaskannya dalam microwave, karena dapat merusak kandungan gizinya.
- ASI beku dicairkan perlahan di kulkas atau dibiarkan dalam wadah berisi air hangat, dan digunakan dalam waktu 24 jam.

- Tuang ASI untuk perkiraan 1 kali minum ke dalam cangkir.
- Bungkus bayi agar lengannya tidak membentur cangkir, dan gendong di posisi duduk tegak atau setengah tegak di pangkuan.
- Letakkan cangkir di bibir bawah bayi, dan tempelkan tepi cangkir ke bagian luar bibir atas bayi.
- Jangan menuangkan ASI ke dalam mulut bayi karena dapat masuk ke saluran pernapasan.
- Bayi tidak mau minum lagi jika sudah kenyang, tapi jika ASI perah belum habis, mungkin bayi butuh minum lebih sering.

Tempat Penyimpanan	Suhu	Lama Penyimpanan
ASI Baru Diperah Disimpan Dalam Cooler Bag	15 °C	24 jam
Dalam Ruangan (ASIP Segar)	27 °C s/d 32 °C	4 jam
	< 25 °C	6 - 8 jam
Kulkas	< 4 °C	48 - 72 jam (2 - 3 hari)
Freezer pada Lemari Es 1 Pintu	-15 °C s/d 0 °C	2 minggu
Freezer pada Lemari Es 2 Pintu	-20 °C s/d -18 °C	3 - 6 bulan

Catatan Simpan ASI Perah sebanyak 15-60ml per wadah untuk menghindari ASI Perah terbuang karena tidak habis diminum oleh bayi.
Hindari ASI Perah mengalami perubahan suhu yang terlalu ekstrem.

Porsi Makan dan Minum Ibu Menyusui Untuk Kebutuhan Sehari

Bahan Makanan	Ibu Menyusui 0 - 12 Bulan	Keterangan per porsi
Nasi atau Makanan Pokok	6 porsi	• 100 g atau ¾ gelas nasi • 125 g atau 3 buah jagung ukuran sedang • 210 g atau 2 kentang ukuran sedang • 120 g atau 1 ½ potong singkong • 70 g atau 3 iris roti putih • 200 g atau 2 gelas mie basah
Protein Hewani Ikan, Telur, Ayam dan Lainnya	4 porsi	• 50 g atau 1 potong sedang ikan • 55 g atau 1 butir telur Ayam
Protein Nabati Tempe, Tahu, dan Lainnya	4 porsi	• 50 g atau 1 potong sedang tempe • 100 g atau 2 potong sedang tahu
Sayur-sayuran	4 porsi	100 g atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah
Buah-buahan	4 porsi	• 100 g atau 1 potong sedang pisang • 100-190 g atau 1 potong besar pepaya
Minyak/Lemak	6 porsi	5 g atau 1 sendok teh, bersumber dari pengolahan makanan seperti menggoreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya. Minyak/lemak termasuk santan yang digunakan dalam pengolahan, makanan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan
Gula	2 porsi	10 g atau 1 sendok makan bersumber dari kue-kue manis, minum teh manis dan lain-lainnya

Minum Air Putih: 14 gelas/hari di 6 bulan pertama dan 12 gelas/hari pada 6 bulan kedua.

Konsultasikan porsi makan kepada tenaga kesehatan, perhatikan Indeks Massa Tubuh.

KIA 2024 Book 2.17.11 21 11/22/24 23:47

0 - 6 BULAN

0 - 6 Bulan

Berikan ASI Saja Sampai Usia 6 Bulan

Ibu, dukung pertumbuhan bayi Anda dengan memberinya hanya ASI saja hingga berusia 6 bulan.

Si kecil siap menjalani kehidupan baru di luar rahim Ibu. Masa ini adalah masa sangat penting dalam pertumbuhannya.

YANG AKAN DIALAMI

Bayi akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, ditandai dengan penambahan berat badan dan panjang badan yang cepat.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Beri hanya ASI saja sampai usia 6 bulan.
- Jangan tambahkan air putih, makanan, minuman, obat, vitamin atau mineral, kecuali dianjurkan dokter atau tenaga kesehatan.
- Susui semau bayi dan hindari penggunaan botol susu atau dot.
- Temui tenaga kesehatan atau konselor menyusui, jika ibu mengalami masalah dalam menyusui bayi.
- Timbang berat badan, ukur panjang badan dan cek perkembangan bayi tiap bulan di Posyandu atau fasilitas kesehatan lainnya.
- Dapatkan imunisasi dasar lengkap sesuai usia (lihat halaman 124).
- Sering ajak anak berkomunikasi dan bermain untuk merangsang perkembangan sesuai usianya (lihat halaman 54 & 55).
- Pastikan bayi istirahat yang cukup.
- Cek kesehatan bayi secara rutin.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Meningkatkan ikatan antara ibu dan bayi.
- Bayi mendapat gizi cukup selama proses menyusui dan mencegah masalah gizi, seperti stunting.
- Mendukung perkembangan otak bayi, agar terbentuk sempurna dan meningkatkan kemampuan belajarnya.
- Imunisasi dasar melindungi bayi dari penyakit-penyakit yang dapat mengakibatkan kematian.

Pindai kode QR untuk mendapatkan layanan konsultasi online.

Ukuran Lambung Bayi Baru Lahir

Perilaku Menyusu Bayi

Frekuensi bayi menyusu meningkat sejalan dengan semakin banyaknya ASI yang keluar dan bertambahnya ukuran lambung. Berikut adalah perilaku menyusu bayi baru lahir

HARI PERTAMA

- Ukuran dan volume lambung bayi sebesar kelereng.
- Bayi menyusu sebanyak 5-12 kali dalam 24 jam pertama. Namun ini juga tergantung pada tipe bayi, kontak kulit ke kulit, dan rawat gabung bersama ibunya.

HARI KE-2 SAMPAI HARI KE-3

- Ukuran dan volume lambung bayi sebesar bola pingpong
- Frekuensi menyusu meningkat menjadi 10-12 kali, tapi masih belum stabil.

SATU MINGGU

- Ukuran dan volume lambung bayi sebesar telur ayam
- Frekuensi menyusu rata-rata sekitar 8 kali dalam 24 jam.
- Interval menyusu mungkin lebih lama karena kapasitas lambung bertambah.

SATU BULAN

- Ukuran dan volume lambung bayi sebesar telur bebek
- Frekuensi menyusu rata-rata 8-12 kali dalam 24 jam.

Selama menyusui, ibu harus selalu berada di dekat bayi agar dapat merespon saat bayi menunjukkan tanda lapar, tanggap dan mulai lebih banyak bergerak, memutar kepala, mengisap jari dan mengecap mulut.

KIA 2024 Book 2.17.11 22 11/22/24 23:47

Bayi Baru Lahir (0 - 28 Hari)

Satu bulan pertama kehidupan merupakan masa penting untuk mendukung kelangsungan hidup bayi.

YANG AKAN DIALAMI

- Bayi akan mengalami perubahan yang cepat, dari lingkungan yang terlindungi di dalam rahim ke dunia luar.
- Orang tua atau pengasuh berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi pada masa awal kehidupan
- Pola tidur bayi sampai dengan 16 jam dalam sehari.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Pastikan bayi mendapat pemeriksaan dan pelayanan kesehatan oleh tenaga kesehatan :
  - 0-6 jam setelah lahir
  - 6-48 jam setelah lahir
  - 3-7 hari setelah lahir
  - 8-28 hari setelah lahir
- Susui bayi dengan penuh kasih sayang, dekap dengan hangat, dan jalin hubungan kasih sayang dengan menatap dan mengajaknya bicara.
- Jaga bayi tetap hangat dan jaga kebersihan selama merawat bayi.
- Cek kesehatan bayi dan kenali tanda bahaya pada bayi baru lahir. Jika ada tanda bahaya, segera ke fasilitas pelayanan kesehatan.
- Pastikan bayi mendapat imunisasi hepatitis B (HB0) sebelum 24 jam, skrining Hipotiroid Kongenital (SHK) 48 - 72 jam setelah lahir, dan skrining Penyakit Jantung Bawaan (PJB) kritis 24-48 jam setelah lahir.
- Tetap berikan ASI saja selama 6 bulan, dan dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun.
- Tips pola tidur bayi yang sehat
  - Sebaiknya bayi tidur terlentang.
  - Gunakan alas yang rata.
  - Jauhkan benda yang dapat menutupi kepala.
  - Gunakan kelambu.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Dua pertiga kematian balita di Indonesia terjadi di usia 1-28 hari pertama.
- Pemeriksaan dan pelayanan kesehatan dilakukan untuk memantau kesehatan bayi secara menyeluruh, agar dapat segera dilakukan penanganan apabila ditemukan adanya infeksi atau kondisi yang membahayakan bayi.
- Menjalin kedekatan dengan bayi penting untuk pertumbuhan dan perkembangannya yang terbaik.

Beri tanda ✔ (centang) jika si kecil sudah mendapat pemeriksaan dan pelayanan kesehatan oleh tenaga kesehatan di Puskesmas pada:

☐ 0 - 6 jam setelah lahir.	☐ 6 - 48 jam setelah lahir.	☐ Hari 3 - 7 setelah lahir.	☐ Hari 8 - 28 setelah lahir.

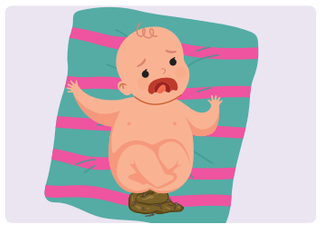
Tanyakan kepada bidan/dokter/Perawat untuk penjelasan lebih lanjut terkait perawatan bayi baru lahir.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan bayi baru lahir di halaman 122.

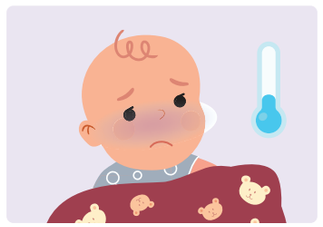
Tanda Bahaya Pada Bayi Umur 0 - 28 Hari

Jika bayi mengalami tanda bahaya, segera periksa ke bidan/dokter/perawat.

Demam/panas tinggi.

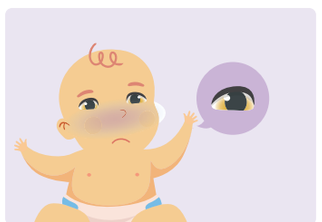


Diare.



Dingin.

Kejang.

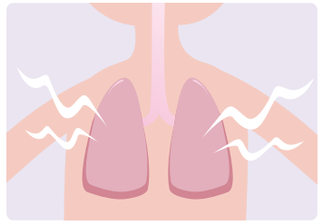


Kulit dan mata kuning.

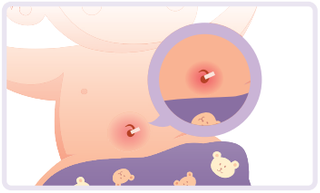
Lemah.

Menangis atau merintih terus menerus.

Muntah-muntah

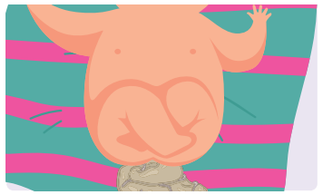


Sesak napas.



Tali pusat kemerahan sampai dinding perut, berbau bernanah.

Tidak mau menyusu.

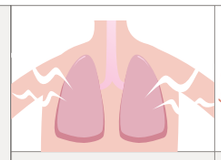
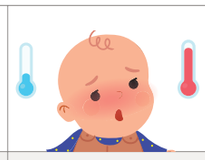


Tinja bayi saat buang air besar berwarna pucat.

Sunat pada bayi perempuan tidak mempunyai manfaat terhadap kesehatan dan berisiko tinggi bagi kesehatan bayi saat ini maupun masa yang akan datang.

Lembar Pemantauan Harian Bayi Umur 0 - 28 Hari (Diisi oleh ibu) _____ A

Cek kondisi bayi setiap hari dan beri tanda (✔) centang jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

Hari ke-	 Sesak napas/napas cepat/dada tertarik ke dalam.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/menangis/ merintih.	Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Hisapan bayi lemah/tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	Kejang. Mata mendelik/tangan menari/mulut mencucu/menangis melengking.	 Suhu tubuh panas > 38,5°C/dingin 36,5 - 37,5°C.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							

Napas Normal: 40 - 60x/menit.
Sesak/napas cepat/napas pelan/dada tertarik ke dalam: Napas < 40x/menit atau > 60x/menit.

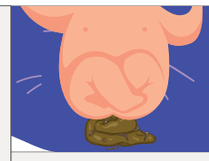
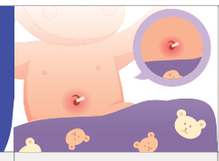
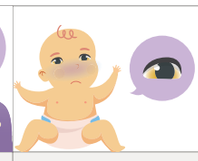
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							

Napas Normal: 40 - 60x/menit.
Sesak/napas cepat/napas pelan/dada tertarik ke dalam: Napas < 40x/menit atau > 60x/menit.

KIA 2024 Book 2.17.11 23
11/22/24 23:48

Lembar Pemantauan Harian Bayi Umur 0 - 28 Hari (Diisi oleh ibu) _____ B

Cek kondisi bayi setiap hari dan beri tanda (✔) centang jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

Hari ke-	 BAB > 48 jam setelah lahir/tidak ada anus/BAB keluar dari sekitar anus/BAB seperti dempul/BAB lebih sering dan lebih encer.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	 Tali pusat kemerahan di sekitar/bernanah/ berbau.	 Mata merah/ada kotoran/bernanah.	Kulit ada bintil-bintil isi air/nanah.	Belum dapat imunisasi Hepatitis BO/BCG.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							

KIA 2024 Book 2.17.11 24

11/22/24 23:48

KIA 2024 Book 2.17.11 25 11/22/24 23:48

0 - 6 BULAN

Perawatan Bayi Umur 0 - 28 Hari (Diisi oleh ibu)

Setelah ibu membaca dan memahami informasi, tandai hal-hal berikut ini.

Cara Menjaga Bayi Tetap Hangat

- ☐ Mandikan bayi dengan air hangat 6 jam setelah lahir dengan syarat kondisi stabil.
  - Sebelum tali pusat lepas, mandikan bayi dengan dilap.
  - Setelah tali pusat lepas, bayi dapat dimandikan dengan dimasukkan ke dalam air. Hati-hati agar kepala tidak terendam.
  - Bersihkan kemaluan bayi dari depan ke belakang dengan kapas yang dibasahi air bersih atau handuk bersih basah.
- ☐ Beri pakaian dan selimuti setiap saat.
- ☐ Pakaikan topi, kaos kaki, kaos tangan jika dirasakan cuaca dingin.
- ☐ Segera ganti baju dan popok jika basah.
- ☐ Lakukan perawatan metode kanguru jika berat badan bayi < 2500 gram.
- ☐ Bidan/Perawat/Dokter menjelaskan perawatan metode kanguru.
- ☐ Usahakan bayi berada dalam lingkungan udara sejuk.
  - Jika menggunakan kipas angin, usahakan agar arah angin tidak langsung mengenai bayi.
  - Suhu AC sekitar 25 – 26°C.

Cara Merawat Tali Pusat

- ☐ Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang bayi.
- ☐ Jangan memberikan apapun pada tali pusat.
- ☐ Rawat tali pusat terbuka dan kering.
- ☐ Jika kotor/basah, cuci dengan air bersih dan sabun, lalu keringkan.

Jika berat lahir <2500 gram atau usia kehamilan ≤ 37 minggu, bayi menggunakan Buku KIA Khusus Bayi Kecil.

Perawatan Metode Kanguru untuk Bayi Kecil

Bayi kecil atau bayi prematur (< 37 minggu), bayi berat lahir rendah (< 2500 gram) akan mendapatkan perawatan di Puskemas, Rumah Sakit atau Klinik Bersalin hingga kondisinya stabil dan diperbolehkan pulang ke rumah. Pelajari perawatan metode kanguru untuk menjaga kehangatan dan meningkatkan asupan ASI.

Posisi bayi pada perawatan metode kanguru.

Bayi pada perawatan metode kanguru.

Perawatan metode kanguru dengan kontak kulit ke kulit pada posisi tidur dan istirahat.

Ayah bergantian untuk perawatan metode kanguru.

Perawatan metode kanguru saat ibu beraktivitas.

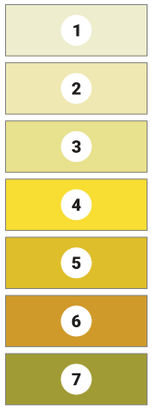
Warna Tinja (Diisi oleh ibu)

Periksa warna tinja bayi setiap hari.

Periksa warna tinja bayi setiap hari hingga berumur 4 bulan, dan catat warna tinja saat berumur 2 minggu, 1 bulan dan 1-4 bulan.

Jika menemukan warna tinja lebih pucat mendekati nomor 1 sampai 3, segera bawa bayi ke dokter, karena ada kemungkinan bayi menderita sumbatan kandung empedu (Atresia Bilier).

Usia	2 Minggu	1 Bulan	2 - 4 Bulan
Tanggal (DD/MM/YYYY)			
Nomor Warna Tinja			



Perhatikan warna tinja bayi sampai berumur 4 bulan. Jika mata bayi masih kuning atau urin berwarna kuning keruh setelah usia 2 minggu, segera bawa bayi ke dokter.

KIA 2024 Book 2.17.11 26 11/22/24 23:48

Pola Asuh Bayi Baru Lahir Sampai Usia 18 Bulan

- Pengasuhan anak yang dilakukan dengan penuh kasih sayang, akan menimbulkan rasa aman, bahagia dan percaya.
- Tangisan menunjukkan bahwa bayi membutuhkan bantuan. Jangan biarkan bayi menangis lama karena akan membuat stres.
- Berikan ASI dengan penuh kasih sayang, dekaplah anak dengan hangat dan jalinlah hubungan kasih sayang sambil menatap dan mengajak bicara bayi. Perasaan yang tidak menyenangkan pada ibu akan dirasakan oleh bayi dan berdampak rasa tidak nyaman pada saat menyusu.
- Ajak anak bermain menggunakan permainan yang menstimulasi fisik, motorik dan kemampuan berpikir.
- Bayi usia 4-12 bulan perlu tidur 12-16 jam sehari (termasuk tidur siang).
- Bayi/Anak berusia <18 bulan tidak menggunakan gawai kecuali dalam bentuk video-chatting (video-call) dengan didampingi orang tua.
- Penggunaan gawai berlebih berdampak keterlambatan bicara dan bahasa, kurangnya interaksi, gampang marah/ledakan emosi (tantrum), gangguan kognitif (kurangnya kecerdasan).

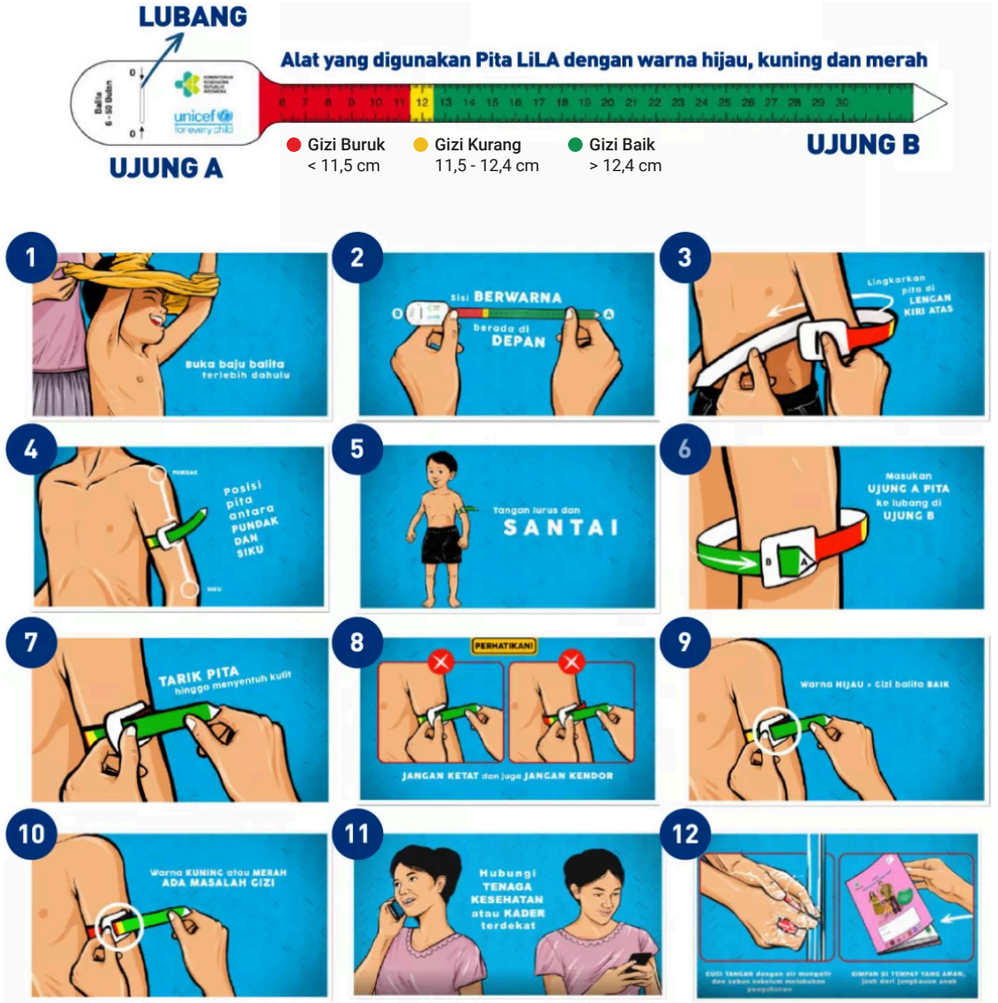
Bawa anak ke Posyandu/Fasilitas Kesehatan setiap bulan untuk memantau pertumbuhan, perkembangan (sesuai jadwal), pelayanan imunisasi, vitamin A dan obat cacing.

Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA)

Anak usia 6-59 bulan diukur LiLA di Posyandu atau fasilitas kesehatan terdekat, dengan tujuan untuk skrining, deteksi dini dan rujukan masalah pertumbuhan balita. Di fasyankes akan dilakukan konfirmasi pengukuran Berat Badan, Panjang Badan atau Tinggi Badan dan Indeks Massa Tubuh oleh tenaga kesehatan.

- Pengukuran LiLA dilakukan di lengan yang tidak terlalu aktif dalam berkegiatan.
- Pengukuran LiLA dilakukan oleh orang tua/ pengasuh terlatih di rumah atau oleh kader/ tenaga kesehatan terlatih setiap bulan secara rutin di posyandu.
- Jika hasil pengukuran LiLA menunjukkan Gizi Kurang atau Gizi Buruk, harus dilakukan pemeriksaan lanjutan oleh tenaga kesehatan untuk menentukan penanganan yang tepat.

Alat yang Digunakan



Lihat pencatatan dan pemeriksaan bayi oleh tenaga kesehatan di halaman 128.

KIA 2024 Book 2.17.11 27 11/22/24 23:48

Kelas Ibu Balita

Ibu, ayah, keluarga ikut kelas ibu balita.

Manfaat bagi Ibu dan Keluarga

- Memperoleh informasi penting terkait bagaimana melakukan pola asuh sesuai tahapan usia anak.
- Memperoleh informasi penting tentang tumbuh kembang, imunisasi, gizi, perawatan bayi, dan anak balita serta penyakit yang sering ditemukan.
- Mendapat teman berdiskusi, tukar pendapat, tukar pengalaman akan pemenuhan pelayanan kesehatan, gizi dan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan.

Absensi Kehadiran Kelas Ibu Balita (Diisi oleh ibu)

No.	Tanggal	Tanggal, Nama & Paraf Kader/Nakes
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		

No.	Tanggal	Tanggal, Nama & Paraf Kader/Nakes
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		

Tanda Bahaya Pada Balita 29 hari – 5 tahun

Jika bayi mengalami tanda bahaya, segera periksa ke bidan/dokter/perawat.

Demam/panas tinggi.

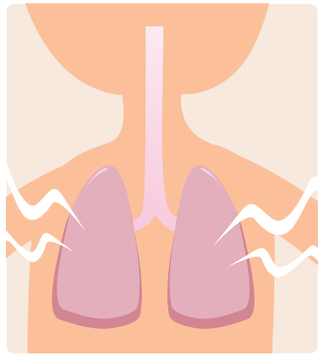
Diare.

Kejang.

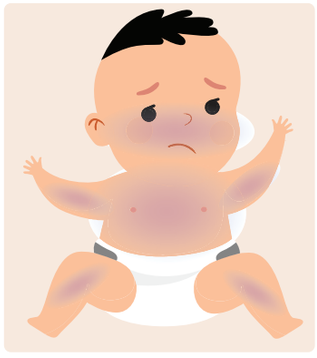
Muntah-muntah.

Pembengkakan yang nyeri di belakang telinga.

Pendarahan di hidung/kulit/BAB.



Sesak napas.



Tampak biru (sianosis).

Tidak bisa minum.

KIA 2024 Book 2.17.11 28 11/22/24 23:48

Lembar Pemantauan Mingguan Bayi 29 Hari - 3 Bulan (Diisi oleh ibu)

Cek kondisi bayi setiap minggu dan beri tanda (✓) centang jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

Minggu ke-	Sesak napas/ cuping hidung kembang kempis/ dada tertarik ke dalam.	Batuk dengan bunyi grok-grok/mengi.	Suhu tubuh panas > 38,5°C/ada tanda pendarahan (mimisan/ gusi berdarah/ muntah kopi/BAB hitam).	BAB lebih sering/lebih encer, dengan mata cekung/ haus minum dengan lahap/diare disertai darah.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/ menangis/ merintih.	Hisapan bayi lemah/ tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	Tidak mau makan/ minum. Berat badan tidak naik sesuai pertumbuh-an.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
5										
6										
7										
8										
9										

Perawatan Bayi Umur 29 Hari - 3 Bulan (Diisi oleh ibu)

Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:

- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Imunisasi (lihat halaman 124-125).

Manfaat Imunisasi	
BCG	Mencegah penyakit TBC.
Polio	Mencegah polio yang menyebabkan lumpuh layu pada tungkai dan atau lengan.
DPT-HB-Hib	Mencegah penyakit difteri yang menyebabkan penyumbatan jalan nafas, pertusis atau batuk rejan (batuk 100 hari), tetanus hepatitis B, dan pneumonia dan meningitis (radang selaput otak) karena bakteri Hib.
PCV	Mencegah penyakit pneumonia akibat bakteri pneumokokus.
RV (Rotavirus)	Mencegah diare berat yang menyebabkan dehidrasi dan kematian.

Pantau Tumbuh Kembang Bayi Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 29 hari - 3 bulan dengan:

- Peluk, cium, ayun bayi.
- Senyum, tatap mata, ajak bicara.
- Tirukan ocehan dan mimik bayi.
- Interaksi langsung untuk mengenalkan berbagai suara, bunyi, atau nyanyian.
- Gantung benda berwarna, berbunyi.
- Meraih, meraba, pegang mainan, angkat kepala.
- Gulingkan kanan-kiri, tengkurap-telentang.

Beri tanda ✓ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Bayi bisa mengangkat kepala mandiri hingga setinggi 45 derajat?		
2	Bayi bisa menggerakkan kepala dari kiri/kanan ke tengah?		
3	Bayi bisa melihat dan menatap wajah anda?		
4	Bayi bisa mengoceh spontan atau bereaksi dengan mengoceh?		
5	Bayi suka tertawa keras?		
6	Bayi bereaksi terkejut terhadap suara keras?		
7	Bayi membalas tersenyum ketika diajak bicara/tersenyum?		
8	Bayi mengenal ibu dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, kontak?		

Lembar Pemantauan Bulanan Bayi 3 - 6 Bulan (Diisi oleh ibu)

Cek kondisi bayi setiap bulan dan beri tanda ✓ (centang) jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

Bulan ke-	Sesak napas/ cuping hidung kembang kempis/ dada tertarik ke dalam.	Batuk dengan bunyi grok-grok/mengi.	Suhu tubuh panas > 38,5°C/ada tanda pendarahan (mimisan/ gusi berdarah/ muntah kopi/BAB hitam)	BAB lebih sering/lebih encer, dengan mata cekung/ haus minum dengan lahap/diare disertai darah.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/ menangis/ merintih.	Hisapan bayi lemah/ tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	Tidak mau makan/ minum. Berat badan tidak naik sesuai pertumbuh-an.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
3										
4										
5										

Perawatan Bayi Umur 3 - 6 bulan (Diisi oleh ibu)

Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:

- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Imunisasi (lihat halaman 124-125).

Lakukan perawatan gigi. Cara membersihkan gigi bayi:

1. Gendong atau pangku anak dengan satu tangan.
2. Bersihkan gusi anak secara perlahan dengan kain atau lap basah yang dilingkarkan pada jari telunjuk ibu.

Pantau Tumbuh Kembang Bayi Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 3 - 6 bulan dengan:

- Peluk, cium, pandang mata, senyum, bicara
- Mencari sumber suara.
- Bermain cilukba, melihat wajah di cermin.
- Memeluk, mengayun.
- Melihat, meraih.
- Mengamati benda kecil, benda bergerak.
- Mengambil benda kecil.
- Berguling-guling, duduk.

Beri tanda ✓ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Bayi bisa berbalik dari telungkup ke telentang?		
2	Bayi bisa mengangkat kepala secara mandiri hingga tegak 90 °?		
3	Bayi bayi bisa mempertahankan posisi kepala tetap tegak dan stabil?		
4	Bayi bisa menggenggam mainan kecil atau mainan bertangkai?		
5	Bayi bisa meraih benda yang ada dalam jangkauannya?		
6	Bayi bisa mengamati tangannya sendiri?		
7	Bayi berusaha memperluas pandangan?		
8	Bayi mengarahkan matanya pada benda-benda kecil?		
9	Bayi mengeluarkan suara gembira bernada tinggi atau memekik		
10	Bayi tersenyum ketika melihat mainan/gambar yang menarik saat bermain sendiri?		

KIA 2024 Book 2.17.11 30 11/22/24 23:48

6 - 12 BULAN

6 - 12 Bulan

Cegah Stunting dengan MPASI Kaya Protein Hewani

Awas bahaya stunting, karena dapat menyebabkan gagal pertumbuhan dan anak menjadi kurang cerdas.

Di usia 6-12 bulan bayi berkembang semakin pesat secara fisik dan mental, sehingga membutuhkan gizi lengkap terutama yang kaya protein hewani.

YANG AKAN DIALAMI

- Bayi mendapatkan pengalaman makan pertama kalinya dan beradaptasi dengan berbagai tekstur makanan sesuai usia.
- Bayi mulai tumbuh gigi disertai diare dan demam.
- Bayi mulai berbalik dari posisi telentang ke telungkup atau tengkurap dan menjaga kepala tetap tegak.
- Meraih benda di sekitarnya, menirukan bunyi, dan tersenyum melihat hal-hal yang menarik.
- Bayi menjelajah lingkungannya dengan merangkak di usia 8-9 bulan.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Berikan MPASI yang kaya protein hewani.
- Latih bayi menyenangi suasana makan dan ibu perlu peka terhadap respons bayi.
- Berikan ASI hingga usia 2 tahun atau lebih.
- Cek perkembangan bayi tiap bulan di Posyandu atau fasilitas pelayanan kesehatan.
- Pastikan bayi mendapat vitamin A kapsul biru 1 kali setahun untuk daya tahan tubuhnya.
- Dapatkan Pemeriksaan Kesehatan Anak Terintegrasi (PKAT) di usia 6-7 bulan.
- Dapatkan imunisasi dasar lengkap sesuai usia (lihat halaman 124).
- Ajari bayi makan sendiri dengan sendok dan minum sendiri dengan gelas.
- Ajari bayi duduk, memegang benda kecil dengan 2 jari, serta berdiri dan berjalan dengan berpegangan.
- Ajak bayi main Cilukba dan bicara sesering mungkin.
- Cek kesehatan bayi dan kenali tanda bahaya. Segera ke fasilitas kesehatan jika bayi sakit atau mengalami tanda bahaya.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Mencegah stunting dan penyakit infeksi.
- Memastikan anak bisa bicara bahasa, bersosialisasi dan mandiri (lihat halaman 62-63).

Lihat pencatatan dan pemeriksaan bayi dan balita oleh tenaga kesehatan di halaman 130-154.

MPASI 6 - 12 Bulan

1 Air Susu Ibu (ASI)

2 Makanan Pokok

3 Kacang-kacangan

4 Susu Hewani dan Produk Turunannya

5 Daging-dagingan

6 Telur

7 Buah dan Sayuran Kaya Vitamin A

8 Buah dan Sayuran Lainnya

Di usia 6 hingga 12 bulan, makanan yang diberikan pada bayi harus mengandung sumber gizi lengkap, yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang terbaik.

Perkenalkan makanan satu per satu sambil memperhatikan apakah anak memiliki alergi terhadap makanan tertentu. Pastikan cara memasak makanan direbus atau dikukus, serta hindari makanan yang digoreng, mengandung bahan pengawat dan tinggi gula dan garam.

Ibu bisa memulai dengan makanan bertekstur lunak dan lembut, seperti bubur pisang campur apel dan pir, bubur sup daging kacang merah atau puding kentang ayam dan telur. Kemudian, lanjutkan dengan makanan yang bertekstur lebih kasar tapi tetap lembut di usia 9-11 bulan, seperti sup daging cincang, nasi tim ikan kembung telur puyuh, dan tim bubur manado daging dan udang.

Pindai kode QR untuk mendapatkan resep MPASI anak usia 6-12 bulan

KIA 2024 Book 2.17.11 31 11/22/24 23:48

Pemenuhan Gizi Usia 6 - 24 Bulan

Melanjutkan pemberian ASI disertai Makanan Pendamping ASI (MPASI). Pemberian MPASI yang baik harus sesuai syarat berikut ini:

1. **Tepat waktu**
   MPASI diberikan saat ASI saja sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi. MPASI diberikan mulai usia 6 bulan.

2. **Cukup sesuai kebutuhan (adekuat)**
   MPASI yang diberikan dengan mempertimbangkan jumlah, frekuensi, konsistensi/tekstur/kekentalan dan variasi makanan. Variasi makanan dalam MPASI terdiri dari:
   - Makanan pokok: beras, biji-bijian, jagung, gandum, sagu, umbi, kentang, singkong, dan lain-lain.
   - Makanan sumber protein hewani: ikan, ayam, daging, hati, udang, telur, susu dan hasil olahannya. Pemberian protein hewani dalam MPASI diprioritaskan. Selain itu sumber protein nabati mulai diperkenalkan, yang terdapat dalam kacang-kacangan (protein nabati): kedelai, kacang hijau, kacang polong, kacang tanah, dan lain-lain.
   - Lemak diperoleh dari proses pengolahan misalnya dari penambahan minyak, santan, dan penggunaan protein hewani dalam MPASI.
   - Mulai diperkenalkan buah dan sayur mengandung vitamin A dan C: jeruk, mangga, tomat, bayam, wortel, dan lain-lain.

3. **Aman**
   - Perhatikan kebersihan makanan dan peralatan.
   - Mencuci tangan sebelum menyiapkan makanan dan sebelum memberikan makanan kepada anak.

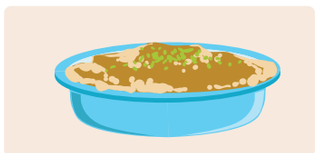
4. **Diberikan dengan cara yang benar**
   - MPASI diberikan secara teratur (pagi, siang, sore/menjelang malam).
   - Lama pemberian makan maksimal 30 menit.
   - Lingkungan netral (tidak sambil bermain atau menonton TV).
   - Ajari anak makan sendiri dengan sendok dan minum dengan gelas.

Bayi 6 - 8 Bulan

DISARING

Makanan dibuat dengan disaring Tekstur makanan lumat dan kental. **Kebutuhan cairan:** 800 ml/hari (±3 gelas belimbing).

- Lanjutkan menyusui.
- Berikan 2 - 3 sdm bertahap hingga 1/2 mangkok berukuran 250 ml (125 ml) setiap kali makan. (125 ml).
- Berikan 2 - 3 kali makanan utama dan 1 - 2 kali makanan selingan setiap hari.
- Jumlah energi dari MPASI yang dibutuhkan per hari 200 kkal.

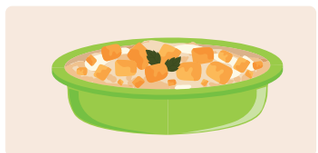


Bayi 9 - 11 Bulan

DICINCANG

Bahan makanan sama dengan untuk orang dewasa. Tekstur makanan dicincang. Perhatikan respons anak saat makan.

- Lanjutkan menyusui.
- Berikan 1⁄2 - 3⁄4 mangkok ukuran 250 ml (125 - 200 ml) setiap kali makan.
- Berikan 3 - 4 kali makanan utama dan 1 - 2 kali makanan selingan setiap hari.
- Jumlah energi dari MPASI yang dibutuhkan per hari 300 kkal.



Bayi 12 - 23 Bulan

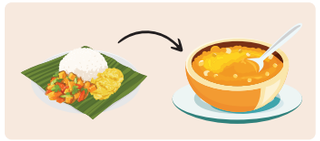
MASAK BIASA

Bahan makanan sama dengan untuk orang dewasa. Tekstur makanan yang diiris-iris. Perhatikan respons anak saat makan. **Kebutuhan cairan:** 1.300 ml/hari (±5 gelas

- Lanjutkan menyusui hingga 2 tahun atau lebih.
- 3⁄4 - 1 mangkok ukuran 250 ml setiap kali makan.
- Berikan 3 - 4 kali makanan utama dan 1 - 2 kali makanan selingan setiap hari.
- Jumlah energi dari MPASI yang dibutuhkan per hari 550 kkal.

Pemenuhan Gizi Usia 6 - 24 Bulan

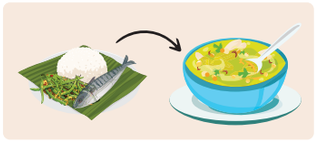
Cara Membuat MPASI dari Makanan Keluarga (Matang)



Bayi 6 - 8 Bulan

Contoh Bahan
- Nasi putih 30 g.
- Dadar telur 35 g.
- Sayur kare wortel tempe 20 g.

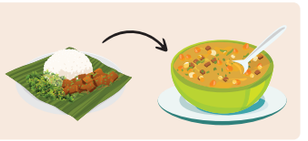
Cara Membuat
1. Nasi, telur dadar, tempe dan wortel (dari sayur kare) dilumatkan kemudian disaring.
2. Ditambahkan kuah sayur (santan kare) sampai mendapatkan konsistensi bubur kental.
3. Sajikan.



Bayi 9 - 11 Bulan

Contoh Bahan
- Nasi putih 45 g.
- Ikan kembung bumbu kuning 30 g.
- Tumis buncis 25 g.

Cara Membuat
1. Nasi, ikan kembung bumbu kuning dan tumis buncis dicincang.
2. Sajikan dengan kuah sayur (santan kare).



Bayi 12 - 23 Bulan

Contoh Bahan
- Nasi putih 55 g.
- Semur hati ayam 45 g.
- Bening/bobor bayam 20 g.

Cara Membuat
MPASI untuk anak 12-23 bulan disajikan dalam bentuk makanan keluarga (dicincang gak besar jika diperlukan).

Cara Membuat MPASI dari Bahan Mentah

Bayi 6 - 8 Bulan

Contoh Bahan
- Beras putih 10 g.
- Telur ayam 30 g.
- Tempe kedelai 10 g.
- Wortel 10 g.
- Santan 30 g.

Cara Membuat
1. Memasak beras, tambahkan santan dan bumbu yang telah ditumis dengan sedikit minyak (bawang merah, daun salam, kunyit).
2. Setelah nasi masak, masukan telur yang telah dikocok lepas, tempe dan wortel yang telah dicincang.
3. Aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kental lalu sajikan

Bayi 9 - 11 Bulan

Contoh Bahan
- Beras putih 15 g.
- Ikan kembung 30 g.
- Minyak kelapa 10 g.
- Wortel 15 g.
- Tempe 10 g.

Cara Membuat
1. Memasak beras, tambahkan bumbu yg telah ditumis (bawang merah, daun salam, kunyit) dengan minyak kelapa.
2. Setelah nasi masak, masukkan ikan kembung dan buncis yang telah dicincang.
3. Aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kasar/cincang.
4. Sajikan.

Bayi 12 - 23 Bulan

Contoh Bahan
- Beras putih 25 g.
- Hati ayam 50 g.
- Minyak kelapa 5 g.
- Bayam 20 g.
- Santan 50 g.

Cara Membuat
1. Memasak beras sampai men jadi nasi.
2. Membuat hati ayam goreng (goreng/tumis hati ayam dengan minyak kelapa).
3. Membuat sayur bayam.
4. Sajikan.

KIA 2024 Book 2.17.11 32 11/22/24 23:48

Resep MPASI 6 - 8 Bulan

Bubur Sup Daging Kacang Merah

Resep untuk 3 porsi

Bahan

- 50 g (6 sdm) nasi
- 30 g (3 sdm) daging ayam cincang
- 25 g (1/2 butir) telur ayam
- 10 g (1 sdm) buncis
- 10 g (1 sdm) wortel
- 10 g (1 sdm) kacang merah
- 10 g (1 batang) "bawang daun
- 1 batang seledri
- 300 ml kaldu ayam
- 2.5 g (1/2 sdt) minyak untuk menumis

Bumbu Halus

- 2 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih

Buah

100 g (2 buah) jeruk diambil sarinya

Cara Membuat

1. Didihkan air kaldu ayam, masukkan kacang merah dan masak sampai empuk.
2. Tumis bumbu halus sampai harum, masukkan daging ayam cincang, lalu masak sampai berubah warna.
3. Masukkan tumisan daging ayam ke dalam air kaldu, masak sampai daging empuk.
4. Masukkan nasi, buncis, dan wortel.
5. Tambahkan kocokan telur, aduk merata dan masak sampai matang.
6. Haluskan bubur sampai mencapai tekstur yang diinginkan, lalu sajikan.

Resep MPASI 9 - 12 Bulan

Nasi Tim Ikan Kembung Telur Puyuh

Resep untuk 3 porsi

Bahan

- 115 g (12 sdm) nasi putih
- 30 g (1 potong kecil) ikan kembung segar, haluskan
- 30 g (3 butir) telur puyuh
- 15 g (1 potong besar) wortel
- 10 g (1 buah sedang) tomat
- 7.5 g (1.5 sdt) minyak kelapa
- 75 cc (1/3 gelas belimbing) kaldu ayam
- 50 g (1/2 potong) pepaya, haluskan

Buah

180 g (1 potong besar) semangka

Cara Membuat

1. Masukkan nasi, ikan kembung, telur puyuh, dan minyak kelapa ke dalam mangkok tim.
2. Tambahkan air kaldu.
3. Masukkan wortel dan tomat, tim hingga matang.
4. Angkat, sajikan dengan saus pepaya.

Lembar Pemantauan Bulanan Bayi 6 - 12 Bulan (Diisi oleh ibu)

Cek kondisi bayi setiap bulan dan beri tanda ✔ (centang) jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

Bulan ke-	Sesak napas/ cuping hidung kembang kempis/ dada tertarik ke dalam.	Batuk dengan bunyi grok-grok/mengi.	Suhu tubuh panas > 38,5°C/ada tanda pendarahan (mimisan/ gusi berdarah/ muntah kopi/BAB hitam).	BAB lebih sering/lebih encer, dengan mata cekung/ haus minum dengan lahap/diare disertai darah.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/ menangis/ merintih.	Hisapan bayi lemah/ tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	Tidak mau makan/ minum. Berat badan tidak naik sesuai pertumbuh-an.	Tanggal, Nama & Paraf Kader
6										
7										
8										
9										
10										
11										

KIA 2024 Book 2.17.11 33 11/22/24 23:48

Perawatan Bayi Umur 6 - 9 Bulan (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan

Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:

- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (bulan Februari atau Agustus).
- Imunisasi (lihat halaman 124-125).

Manfaat Imunisasi

Campak-Rubella mencegah penularan penyakit yang dapat mengakibatkan masalah radang paru, radang otak dan kebutaan.

Manfaat Vitamin A

Vitamin A untuk meningkatkan kesehatan mata dan pertumbuhan anak.

Perawatan Gigi

Perhatikan tumbuhnya 4 gigi seri rahang atas dan rahang bawah.

Pantau Tumbuh Kembang Bayi Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 6 - 9 bulan dengan:

- Peluk, senyum, bicara, panggil namanya.
- Bersalaman, tepuk tangan, melambai ke orang lain.
- Kenalkan/tunjuk nama orang (papa/mama) dan benda sekitar.
- Cilukba, melihat cermin.
- Tunjuk dan sebutkan nama gambar
- Bacakan dongeng.
- Pegang mainan dengan 2 tangan.
- Masukkan benda kecil ke dalam wadah.
- Sembunyikan dan cari mainan.
- Mainan yang mengapung di air.
- Memukul-mukul.
- Duduk, merangkak, berdiri berpegangan.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Bayi bisa duduk secara mandiri?		
2	Bayi belajar berdiri, kedua kakinya menyangga sebagian berat badan?		
3	Bayi bisa merangkak meraih mainan atau mendekati seseorang?		
4	Bayi bisa memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lainnya?		
5	Bayi bisa memungut 2 benda, kedua tangan pegang 2 benda pada saat bersamaan?		
6	Bayi bisa memungut benda sebesar kacang dengan cara meraup?		
7	Bayi bersuara tanpa arti, mamama, bababa, dadada, tatatata?		
8	Bayi mencari mainan/benda yang dijatuhkan?		
9	Bayi bermain tepuk tangan/Cilukba		
10	Bayi bergembira dengan melempar benda?		
11	Bayi bergembira dengan melempar benda?		

Perawatan Bayi Umur 9 - 12 Bulan (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan

Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:

- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (bulan Februari atau Agustus).
- Imunisasi (lihat halaman 124-125).

Manfaat Imunisasi

JE Mencegah anak dari penyakit radang otak.

Perawatan Gigi

Lanjutkan perawatan gigi bayi anda dengan:

- Perhatikan tumbuhnya gigi, pada usia 9 bulan adanya gigi seri 8 buah, gigi geraham 4 buah.
- Bersihkan gigi anak dengan menggunakan kasa yang diberi air hangat dengan sedikit pasta gigi anak.

Pantau Tumbuh Kembang Bayi Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 9 - 12 bulan dengan:

- Berbicara dengan boneka.
- Menunjuk dan mengucapkan orang/benda/ organ tubuh yang sudah dikenal.
- Bacakan dongeng pada saat mengenalkan dan menyuruh menunjuk.
- Pegang mainan dengan 2 tangan.
- Memasukan benda kecil ke dalam wadah.
- Menyusun balok.
- Sembunyikan dan cari mainan.
- Memegang pensil dan mencoret-coret kertas.
- Duduk, merangkak, berdiri berpegangan.
- Berjalan mundur, jinjit.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Bayi bisa mengangkat badannya ke posisi berdiri?		
2	Bayi belajar berdiri selama 30 detik atau berpegangan di kursi?		
3	Bayi dapat berjalan dengan dituntun?		
4	Bayi mengulurkan lengan/badan untuk meraih mainan yang diinginkan?		
5	Bayi bisa menggenggam erat pensil?		
6	Bayi memasukkan benda ke mulut?		
7	Bayi mengulang menirukan bunyi yang didengar?		
8	Bayi menyebut 2-3 suku kata yang sama tanpa arti?		
9	Bayi mengeksplorasi sekitar, ingin tahu, ingin menyentuh apa saja?		
10	Bayi bereaksi terhadap suara yang perlahan atau bisikan?		
11	Bayi senang diajak bermain Cilukba?		
13	Bayi mengenal anggota keluarga, takut pada orang yang belum dikenal?		

KIA 2024 Book 2.17.11 34 11/22/24 23:48

12 - 24 BULAN

12 - 24 Bulan

Beri Makanan Bergizi dan Periksa Rutin ke Posyandu untuk Cegah Stunting.

Beri makanan yang kaya protein hewani, seperti telur, ikan dan daging.

Memasuki usia 1 tahun ke atas, kemampuan fisik, mental, dan sosial anak semakin berkembang.

YANG AKAN DIALAMI

- Anak telah makan makanan keluarga, mulai belajar berjalan dan berkata-kata.
- 70% kebutuhan gizi anak dipenuhi dari MPASI. Namun ASI masih tetap dibutuhkan karena menyumbang 30% kebutuhan gizi anak.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Timbang, ukur dan cek perkembangan anak setiap bulan.
- Penuhi kecukupan gizi anak dengan pemberian MPASI yang kaya protein hewani (lihat halaman 56).
- Berikan makanan beragam dan menarik.
- Tetap berikan ASI hingga usia 2 tahun.
- Hindari pemberian makanan atau jajanan yang rendah gizi, tinggi gula dan garam, berpengawet dan berpemanis.
- Ajari anak untuk belajar makan sendiri.
- Ajari anak berjalan di undakan/tangga, mencoret-coret di kertas, menyebut bagian tubuhnya, dan bergerak bebas dalam pengawasan.
- Ajak anak membersihkan meja dan menyapu, membereskan mainan, bernyanyi, dan bermain dengan teman.
- Bacakan cerita buat anak, dan bimbing anak untuk mematuhi aturan permainan.
- Dapatkan imunisasi lanjutan (lihat halaman 124).
- Cek kesehatan anak secara rutin dan segera ke fasilitas kesehatan, jika anak sakit atau ditemukan tanda bahaya.
- Pastikan anak mendapatkan suplementasi vitamin A kapsul merah dan obat cacing sebanyak 2 kali dalam setahun.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

Stunting paling banyak terjadi di kelompok usia ini. Tetap lanjutkan pemantauan tumbuh kembang anak di Posyandu atau fasilitas kesehatan lainnya untuk memastikan anak memiliki kondisi yang sehat, status gizi dan perkembangan terbaik sesuai usianya.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan bayi dan balita oleh tenaga kesehatan di halaman 130-154.

MPASI 12 - 24 Bulan

Memasuki usia 1 tahun ke atas, kebutuhan energi dan protein si kecil semakin bertambah. Ibu perlu mendukungnya dengan memberi kecukupan gizi, terutama protein hewani yang mengandung asam amino esensial untuk mendukung pertumbuhan otak dan sel-sel tubuh lainnya.

Kemampuan makan anak juga membaik dan si kecil sudah mulai bisa makan makanan yang dimakan oleh ibu dan anggota keluarga lainnya. Di rentang usia ini, anak sudah tahu apa yang ia suka dan tidak suka, serta mulai memilih-milih makanan. Frekuensi makan si kecil biasanya 3-4 kali dalam sehari, yaitu 3-4 kali makanan utama dan 1-2x makanan selingan/camilan di antara waktu makan utama.

Berikan menu makanan yang lengkap, bervariasi, dan bergizi seimbang, selain ASI. Hindari pemberian jenis makanan dan minuman seperti berikut

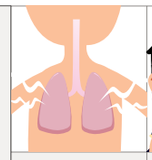
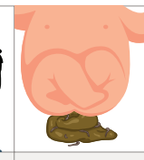
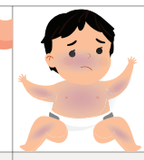
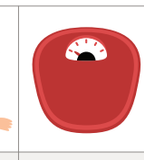
- susu atau yoghurt rendah lemak.
- minuman bersoda.
- makanan yang terlalu asam dan pedas.
- makanan dan minuman yang tinggi kandungan gulanya atau terbuat dari pemanis buatan, seperti minuman kemasan dan kalengan.
- makanan yang banyak mengandung MSG dan bahan pengawet, seperti makanan instan.

Karena si kecil sudah mulai bisa makan nasi dan daging yang diiris-iris. beberapa resep MPASI yang bisa ibu siapkan antara lain nasi sup telur puyuh bola ayam, nasi ikan kuah kuning, sup telur puyuh ikan air tawar labu kuning, dan nugget tempe ayam sayuran.

Pindai kode QR untuk mendapatkan resep MPASI anak usia 12 - 24 bulan

Lembar Pemantauan Bulanan Bayi 12 - 24 Bulan (Diisi oleh ibu)

Cek kondisi bayi setiap bulan dan beri tanda ✔ (centang) jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

Bulan ke-	 Sesak napas/ cuping hidung kembang kempis/ dada tertarik ke dalam.	Batuk dengan bunyi grok-grok/mengi.	Suhu tubuh panas > 38,5°C/ada tanda pendarahan (mimisan/ gusi berdarah/ muntah kopi/BAB hitam).	 BAB lebih sering/lebih encer, dengan mata cekung/ haus minum dengan lahap/diare disertai darah.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	 Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/ menangis/ merintih.	Hisapan bayi lemah/ tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	 Tidak mau makan/ minum. Berat badan tidak naik sesuai pertumbuh-an.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										

KIA 2024 Book 2.17.11 35
11/22/24 23:48

KIA 2024 Book 2.17.11 36 11/22/24 23:48

Perawatan Anak Bayi 12 - 18 Bulan (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan
Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:
- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (bulan Februari atau Agustus).
- Obat cacing.
- Imunisasi (lihat halaman 124-125).

Manfaat Imunisasi Lanjutan
Pengulangan Imunisasi dasar untuk mempertahankan tingkat kekebalan dan untuk memperpanjang masa perlindungan anak yang sudah mendapatkan Imunisasi dasar.

Manfaat Obat Cacing
Untuk pencegahan dan pengobatan infeksi cacingan sehingga dampak cacingan pada tubuh dapat dicegah.

Perawatan Gigi
Perhatikan tumbuhnya gigi, pada usia 18 bulan adanya gigi susu berjumlah 16 buah.

Pantau Tumbuh Kembang Bayi Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 12 - 18 bulan dengan:
- Berjalan mundur, naik tangga.
- Tangkap dan lempar bola.
- Menyusun balok atau puzzle, menggambar.
- Bermain air, meniup, menendang bola.
- Bercerita tentang gambar di buku.
- Menyebutkan nama benda, menyanyi.
- Main telpon-telponan, menyatakan keinginan.
- Bermain dengan teman sebaya, petak umpet.
- Merapikan mainan, membuka baju.
- Makan bersama.
- Merangkai manik besar.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Anak bisa berdiri sendiri tanpa berpegangan?		
2	Anak bisa membungkuk memungut mainan kemudian berdiri kembali?		
3	Anak bisa berjalan mundur lima langkah?		
4	Anak bisa memanggil ayah dengan kata ”papa”, memanggil ibu dengan kata ”mama”?		
5	Anak bisa menumpuk dua kubus?		
6	Anak bisa memasukkan kubus di kotak?		
7	Anak bisa menunjuk apa yang diinginkan tanpa menangis/merengek, anak bisa mengeluarkan suara yang menyenangkan atau menarik tangan ibu?		
8	Anak bisa memperlihatkan rasa cemburu/bersaing?		

Perawatan Anak Bayi 18 - 24 Bulan (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan
Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:
- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (bulan Februari atau Agustus).
- Obat cacing.
- Imunisasi (lihat halaman 124-125).

Perawatan Gigi
Lanjutkan perawatan gigi anak anda. Perhatikan tumbuhnya gigi, pada usia 24 bulan adanya gigi susu berjumlah 20 buah. Gosok giginya setelah sarapan dan sebelum tidur dengan sikat gigi kecil khusus anak yang berbulu lembut, pakai pasta gigi mengandung fluor cukup selapis tipis (1/2 biji kacang polong).

Pantau Tumbuh Kembang Bayi Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 18 - 24 bulan dengan:
- Bicara, bertanya, bercerita, bernyanyi.
- Tanya jawab, main telpon-telponan.
- Perintah sederhana, membantu pekerjaan.
- Melepas baju, rapikan mainan.
- Makan bersama dengan sendok garpu.
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, membentuk lilin.
- Buat rumah-rumahan, petak umpet.
- Berjalan, berlari, melompat.
- Berdiri satu kaki, naik turun tangga.
- Melempar, menangkap, menendang bola.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Anak bisa berdiri sendiri tanpa berpegangan 30 detik?		
2	Anak bisa berjalan tanpa terhuyung-huyung?		
3	Anak bisa menumpuk 4 buah kubus?		
4	Anak bisa memungut benda kecil dengan ibu jari dan jari telunjuk?		
5	Anak bisa menggelindingkan bola ke arah sasaran?		
6	Anak bisa menyebut 3 – 6 kata yang mempunyai arti?		
7	Anak bisa membantu/menirukan pekerjaan rumah tanggal?		
8	Anak bisa memegang cangkir sendiri, belajar makan-minum sendiri?		

KIA 2024 Book 2.17.11 37 11/22/24 23:48

Warna Air Kencing

	Baik	Anak ibu sudah terhidrasi dengan baik. Teruskan minum air putih sesuai kebutuhan.
	Kurang Baik	Anak ibu kurang terhidrasi. Tambahkan minum sesuai kebutuhan.
	Tidak Baik	Anak ibu sangat kurang minum. Segera minum air putih sesuai kebutuhan. Bila warna air kencing tidak membaik, segera hubungi bidan/perawat/dokter untuk penjelasan lebih lanjut.

2 - 6 Tahun

Pastikan Si Kecil Memiliki Tanda Anak Sehat

Di usia 2 tahun ke atas, perkembangan fisik, mental dan sosial anak berkembang pesat hingga usia 6 tahun.

YANG AKAN DIALAMI

- Anak mulai disapih, lebih banyak melakukan aktivitas, bergaul lebih luas dan memasuki masa pra sekolah.
- Di usia 3 tahun pertama, otak anak berkembang sangat pesat, sehingga asupan gizi disertai stimulasi perkembangan penting agar anak memiliki kesempatan belajar sejak dini.
- Pelayanan kesehatan, pola asuh yang peka dengan kebutuhan anak, serta perlindungan dan keamanan juga penting bagi anak.

YANG HARUS DILAKUKAN

- Penuhi gizi anak dengan pemberian makanan keluarga yang bervariasi dan kaya protein hewani (lihat halaman 78).
- Timbang dan ukur serta cek perkembangan anak setiap bulan di Posyandu, atau fasilitas pelayanan kesehatan lainnya, serta PAUD.
- Ajak anak mulai melibatkan diri dalam kegiatan bersama.
- Ajarkan anak perbedaan jenis kelamin dan menjaga alat kelaminnya.
- Kembangkan kreativitas anak dan kemampuan bergaul.
- Cek kesehatan anak secara rutin dan segera ke fasilitas pelayanan kesehatan, jika anak sakit atau mengalami tanda bahaya.
- Pastikan anak balita mendapatkan suplementasi Vitamin A kapsul merah dan obat cacing sebanyak 2 kali dalam setahun.

MENGAPA HARUS DILAKUKAN

- Untuk memastikan anak memiliki kondisi yang sehat, status gizi dan perkembangan terbaik sesuai usianya.
- Mempersiapkan anak memasuki masa pra sekolah dan sekolah dasar.

Lihat pencatatan dan pemeriksaan bayi dan balita oleh tenaga kesehatan di halaman 130-154.

KIA 2024 Book 2.17.11 38 11/22/24 23:48

2 - 6 TAHUN

Cegah Diare dan Dehidrasi pada Balita

Pemenuhan gizi balita usia 2 hingga 6 tahun merupakan salah satu upaya, agar si kecil memiliki tanda anak sehat. Ibu bisa mendukungnya dengan:

- Memberikan gizi seimbang, terdiri dari makanan pokok, lauk hewani dan nabati, dilengkapi dengan sayur dan buah-buahan.
- Mengutamakan kebersihan makanan yang diberikan.
- Mencukupi kebutuhan cairan untuk anak. Anak harus minum sedikitnya 5 - 7 gelas air setiap hari.

Pengolahan dan penyajian makanan yang tidak bersih dan sehat dapat membuat anak rentan terkena diare. Ibu harus dapat mengenali tanda dan gejala diare, karena diare dapat menyebabkan dehidrasi yang membahayakan kesehatan dan jiwa si kecil.

Berikut adalah tindakan pencegahan dehidrasi yang dapat Ibu lakukan jika anak mengalami diare.

1. Memberikan ASI lebih sering dan lebih lama dari biasanya.
2. Memberikan oralit sampai diare berhenti untuk mencegah dehidrasi.
3. Memberikan obat zinc sehari sekali selama 10 hari berturut-turut untuk mengurangi tingkat keparahan diare.
4. Memberikan air minum atau mineral, dan makanan berkuah seperti sayur dan sup.

Segera bawa balita ke fasilitas pelayanan kesehatan dan minta bantuan tenaga kesehatan, jika kondisinya tidak membaik.

Pola Asuh Anak Umur 1,5 - 3 Tahun

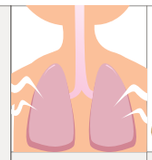
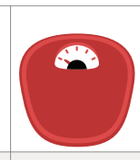
- Selalu menghargai dan mengakui kemampuan anak.
- Mendorong anak bergerak bebas, hindari larangan-larangan yang tidak perlu, namun orang tua harus melindunginya dari bahaya.
- Mengajak anak bermain dan berbicara dengan kalimat pendek-pendek yang penuh arti.
- Mendorong anak bermain dengan anak lain.
- Melatih sopan santun dan disiplin secara sederhana.
- Memberi anak permainan yang sederhana.
- Anak 1-2 tahun perlu tidur 11-14 jam sehari (termasuk tidur siang).

- Penggunaan gawai pada anak berusia 18-24 bulan:
  - Hanya memilih konten program yang berkualitas untuk anak, batasi tidak lebih dari 1 jam per hari.
  - Hendaknya dimainkan bersama orang tua sehingga anak dapat mengetahui cara terbaik untuk menggunakannya.
  - Hindarkan anak menggunakan gawai sendirian tanpa pendampingan orang tua.

Bawa anak ke Posyandu/Fasilitas Kesehatan setiap bulan untuk memantau pertumbuhan, perkembangan (sesuai jadwal), pelayanan imunisasi, vitamin A dan obat cacing.

Lembar Pemantauan Bulanan Anak 2 - 6 Tahun (Diisi oleh ibu) _____ A

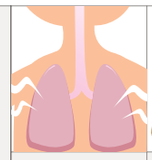
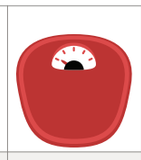
Cek kondisi bayi setiap bulan dan beri tanda ✔ (centang) jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

	Bulan ke-	 Sesak napas/ cuping hidung kembang kempis/ dada tertarik ke dalam.	Batuk dengan bunyi grok-grok/mengi.	Suhu tubuh panas > 38,5°C/ada tanda pendarahan (mimisan/ gusi berdarah/ muntah kopi/BAB hitam).	BAB lebih sering/lebih encer, dengan mata cekung/ haus minum dengan lahap/diare disertai darah.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/ menangis/ merintih.	Hisapan bayi lemah/ tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	 Tidak mau makan/ minum. Berat badan tidak naik sesuai pertumbuh-an.	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
2 TAHUN	24										
	25										
	26										
	27										
	28										
	29										
2 TAHUN	30										
	31										
	32										
	33										
	34										
	35										
3 TAHUN	36										
	37										
	38										
	39										
	40										
	41										
	42										
	43										
	44										
	45										
	46										
	47										

KIA 2024 Book 2.17.11 39
11/22/24 23:48

Lembar Pemantauan Bulanan Anak 2 - 6 Tahun (Diisi oleh ibu) _____ B

Cek kondisi bayi setiap bulan dan beri tanda ✔ (centang) jika mengalami kondisi dalam kotak-kotak di bawah ini. Segera ke Puskesmas untuk periksa.

	Bulan ke-	 Sesak napas/ cuping hidung kembang kempis/ dada tertarik ke dalam.	Batuk dengan bunyi grok-grok/mengi.	Suhu tubuh panas > 38,5°C/ada tanda pendarahan (mimisan/ gusi berdarah/ muntah kopi/BAB hitam).	BAB lebih sering/lebih encer, dengan mata cekung/ haus minum dengan lahap/diare disertai darah.	Jumlah air kencing sedikit/tidak kencing selama 6 jam, warna kuning pekat, kecoklatan, atau warna lainnya.	Warna kulit tampak biru/memar di sekitar mulut/ tangan/kaki.	Aktivitas tampak lemah/tidak bergerak/ menangis/ merintih.	Hisapan bayi lemah/ tidak bergerak. Muntah susu/cairan hijau. Kencing < 6x/hari. Warna kencing kurang pekat.	 Tidak mau makan/ minum. Berat badan tidak naik sesuai pertumbuhan	Tanggal, Nama & Paraf Kader/ Nakes
4 TAHUN	48										
	49										
	50										
	51										
	52										
	53										

4 TAHUN	54									
	55									
	56									
	57									
	58									
	59									
5 TAHUN	60									
	61									
	62									
	63									
	64									
	65									
	66									
	67									
	68									
	69									
	70									
	71									

KIA 2024 Book 2.17.11 40

11/22/24 23:48

KIA 2024 Book 2.17.11 41 11/22/24 23:48

Pemenuhan Gizi dan Perawatan Anak 2 - 5 Tahun

Penuhi Gizi Balita dengan Makanan Keluarga yang Bervariasi

Makanan pokok, lauk-pauk, minyak, sayur dan buah.

- Membiasakan anak makan 3 kali sehari (pagi, siang, dan malam) bersama keluarga
- Penuhi gizi anak dengan makanan kaya protein seperti ikan, telur, tempe, susu, dan tahu.
- Penuhi gizi anak dengan mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.
- Batasi anak mengonsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin, dan berlemak.
- Pastikan anak minum air putih sesuai kebutuhan.
- Biasakan bermain bersama anak dan melakukan aktivitas fisik setiap hari.

Kebutuhan Cairan Anak

- Umur 2 - 3 tahun sekitar 1.300 mL/hari atau +/- 5 gelas belimbing.
- Umur di atas 3 tahun kebutuhan cairan 1.700 mL/hari atau +/- 7 gelas belimbing.

Biasakan Mencuci Tangan

- Biasakan cuci tangan dan kaki anak dengan air bersih dan sabun setiap habis bermain.
- Gunting kuku tangan dan kaki secara teratur dan jaga kebersihan.

Perawatan Gigi Anak Anda

- Mulai ajari anak menyikat gigi di depan cermin, secara teratur selama 2 menit dampingi anak menggosok gigi sampai anak usia 8 tahun.
- Untuk anak usia 2-6 tahun pasta giginya
- seukuran 1 biji kacang polong.
- Untuk mengurangi risiko gigi berlubang pada anak:
  - Jangan biasakan anak minum susu dengan botol sambil tiduran.
  - Jangan membiarkan anak melakukan kebiasaan menghisap ibu jari atau dot (mengempeng).
  - Hindari anak dari makan makanan manis yang bersifat lengket di antara waktu makan.
  - Teratur menyikat gigi sebelum tidur.
- Jangan membiasakan anak mengemut makanan.
- Hanya memilih konten program yang berkualitas untuk anak, batasi tidak lebih dari 1 jam per hari.
- Hendaknya dimainkan bersama orang tua sehingga anak dapat mengetahui cara terbaik untuk menggunakannya.
- Hindarkan anak menggunakan gawai sendirian tanpa pendampingan orang tua.

Perawatan Anak Umur 2 - 3 Tahun (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan

Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:

- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (Februari atau Agustus).
- Obat cacing.

Perawatan Gigi

Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi setelah makan dan sebelum tidur.

Pantau Tumbuh Kembang Anak Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 2 - 3 tahun dengan:

- Sebutkan nama benda, sifat, guna benda.
- Bacakan cerita, tanya jawab.
- Anak diminta bercerita pengalaman menonton TV didampingi maksimal 1 jam, menyanyi.
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan.
- Makan dengan sendok garpu.
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, menempel.
- Mengelompokkan benda sejenis.
- Mencocokkan gambar dan benda.
- Menghitung.
- Melempar, menangkap.
- Berlari, melompat, memanjat, merayap.

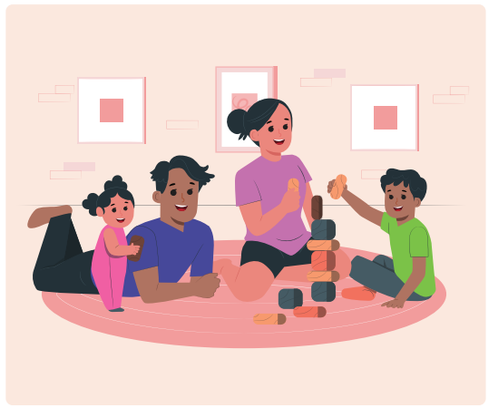
Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

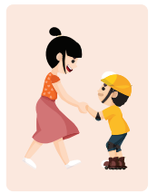
No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Anak bisa jalan naik tangga sendiri?		
2	Anak bisa bermain dan menendang bola kecil?		
3	Anak bisa mencoret-coret pensil pada kertas?		
4	Anak bisa bicara dengan baik, menggunakan 2 kata?		
5	Anak bisa menunjuk 1 atau lebih bagian tubuhnya ketika diminta?		
6	Anak bisa melihat gambar dan dapat menyebut dengan benar nama 2 benda atau lebih?		
7	Anak bisa membantu memungut mainannya sendiri atau membantu mengangkat piring jika diminta?		
8	Anak bisa makan nasi sendiri tanpa banyak tumpah?		
9	Anak bisa melepas pakaiannya sendiri?		

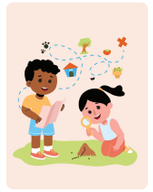
KIA 2024 Book 2.17.11 42 11/22/24 23:48

2 - 6 TAHUN

Pola Asuh Anak Umur 3 - 6 Tahun







- Harus ada kerjasama ayah dan ibu serta anggota keluarga dalam membantu anak menjalani tahap usia dini. Pada tahap ini terjadi proses mencontoh peran yaitu anak laki-laki mencontoh peran ayah sedangkan anak perempuan mencontoh peran ibu. Ajari anak konsep perbedaan laki-laki dan perempuan.
- Mengajari anak untuk menjaga bagian pribadinya (alat kelamin, paha, dada, pantat dan kaki) untuk menghindari pelecehan.
- Orang tua membantu anak mengucapkan kata-kata dengan benar.
- Memenuhi kebutuhan anak, baik materi maupun non materi.
- Beri kepercayaan anak untuk melakukan hal-hal tertentu secara mandiri sesuai kemampuan anak.
- Memberi kesempatan pada anak untuk mengurusi diri-sendiri dengan pengawasan.
- Ketika anak ketakutan, dekaplah dia agar merasa aman, bicarakan ketakutannya, buat anak menjadi nyaman dan merasa dimengerti.
- Anak 3-5 tahun perlu tidur 10-13 jam sehari (termasuk tidur siang).

- Penggunaan gawai pada anak berusia lebih dari 24 bulan:
  - Batasi penggunaan gawai tidak lebih dari 1 jam per hari.
  - Hanya memilih konten program yang berkualitas untuk anak.
  - Hendaknya dimainkan bersama orang tua (didampingi) untuk meningkatkan proses belajar anak, memperbanyak interaksi, dan mengatur pembatasan waktu penggunaan gawai.
- Jangan mengunakan gawai selama proses makan, dan pada 1 jam sebelum waktunya tidur.
- Matikan semua TV dan perangkat media bila sedang tidak digunakan.
- Jangan menggunakan gawai dengan tujuan untuk menenangkan perilaku anak.
- Berupaya agar kamar tidur, waktu saat makan, dan waktu bermain dengan anak, semuanya terbebas dari penggunaan gawai.
- Mempunyai berbagai alternatif aktivitas lain dalam rangka membatasi waktu penggunaan gawai, belajar memecahkan masalah, dan untuk menenangkan perilaku anak.

Bawa anak ke Posyandu/Fasilitas Kesehatan setiap bulan untuk memantau pertumbuhan, perkembangan (sesuai jadwal), pelayanan imunisasi, vitamin A dan obat cacing.

Perawatan Anak Umur 3 - 4 Tahun (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan

Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:

- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (Februari atau Agustus).
- Obat cacing.

Perawatan Gigi

Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi setelah makan dan sebelum tidur.

Pantau Tumbuh Kembang Anak Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 3 - 4 tahun dengan:

- Menyebutkan nama benda, sifat, guna benda.
- Bacakan cerita, tanya jawab.
- Anak diminta bercerita pengalaman.
- Menonton TV didampingi, menyanyi.
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan.
- Makan dengan sendok garpu.
- Menyusun balok atau puzzle, menggambar, menempel.
- Mengelompokkan benda sejenis.
- Mencocokkan gambar dan benda.
- Menghitung.
- Melempar, menangkap.
- Berlari, melompat, memanjat, merayap.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Anak bisa berdiri 1 kaki 2 detik?		
2	Anak bisa melompat kedua kaki diangkat?		
3	Anak bisa mengayuh sepeda roda tiga?		
4	Anak bisa menggambar garis lurus?		
5	Anak bisa menumpuk 8 buah kubus?		
6	Anak bisa mengenal 2-4 warna?		
7	Anak bisa menyebut nama, umur, tempat?		
8	Anak bisa mengerti arti kata di atas, di bawah, di depan?		
9	Anak bisa mendengarkan cerita?		
10	Anak bisa mencuci dan mengeringkan tangan sendiri?		
11	Anak bermain bersama teman, mengikuti aturan permainan?		
12	Anak bisa mengenakan sepatu sendiri?		
13	Anak bisa mengenakan celana panjang, kemeja, baju?		

KIA 2024 Book 2.17.11 43 11/22/24 23:48

Perawatan Anak Umur 4 - 5 Tahun (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan
Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:
- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Kapsul Vitamin A (Februari atau Agustus).
- Obat cacing.

Perawatan Gigi
Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi setelah makan dan sebelum tidur.

Pantau Tumbuh Kembang Anak Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 4 - 5 tahun dengan:
- Bermain peran, anak diminta bercerita pengalaman.
- Menggambar orang, mengenal huruf.
- Main bola, lompat tali.
- Latih untuk dapat mengikuti aturan permainan.
- Kenalkan nama-nama hari.
- Menyebut angka berurutan.
- Mengajak anak sikat gigi bersama dan melatih sikat gigi sendiri.
- Melatih memakai pakaian sendiri.
- Menguatkan kepercayaan diri anak.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Anak bisa berdiri 1 kaki 6 detik		
2	Anak bisa melompat-lompat 1 kaki		
3	Anak bisa menari		
4	Anak bisa menggambar tanda silang		
5	Anak bisa menggambar lingkaran		
6	Anak bisa menggambar orang dengan 3 bagian tubuh		
7	Anak bisa mengancing baju atau pakaian boneka		
8	Anak bisa menyebut nama lengkap tanpa dibantu		
9	Anak bisa senang menyebut kata-kata baru		
10	Anak bisa senang bertanya tentang sesuatu		
11	Anak bisa menjawab pertanyaan dengan kata-kata yang benar		
12	Anak bisa bicara yang mudah dimengerti		
13	Anak bisa bisa membandingkan/membedakan sesuatu dari ukuran dan bentuknya		
14	Anak bisa menyebut angka, menghitung jari		

Perawatan Anak Umur 5 - 6 Tahun (Diisi oleh ibu)

Pelayanan Kesehatan
Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/Fasilitas Kesehatan untuk mendapat pelayanan:
- Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan.
- Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti kelas Ibu Balita.
- Obat cacing.

Perawatan Gigi
Lanjutkan perawatan gigi anak anda dengan:
- Gigi susu sudah tumbuh semua: 20 buah, mulai tumbuh 2 gigi geraham tetap, rahang bawah pertama kiri dan kanan.
- Periksakan gigi anak secara rutin setiap 3-6 bulan sekali ke dokter gigi atau perawat gigi di Puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya.

Pantau Tumbuh Kembang Anak Anda

Dukung tumbuh kembang si kecil sesuai perkembangan anak seusianya dengan melakukan stimulasi dalam suasana aman, nyaman dan menyenangkan.

Stimulasi bayi pada rentang usia 5 - 6 tahun dengan:
- Mengenal nama, fungsi benda-benda.
- Bacakan buku, tanya jawab, bercerita.
- Menonton TV didampingi maksimal 1 jam, menyanyi.
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan.
- Melempar, menangkap, berlari, melompat.
- Makan dengan sendok garpu, masak-masakan.
- Menggunting, menempel, menjahit.
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, mewarna, menulis nama.
- Mengingat, menghafal, mengerti aturan dan urutan.
- Membandingkan besar kecil, banyak sedikit.
- Menghitung, konsep satu dan setengah.
- Mengenal angka, huruf, simbol, jam, hari dan tanggal.
- Memanjat, merayap, sepeda roda 3, ayunan.
- Bermain berjualan, bertukang, dan mengukur.

Beri tanda ✔ (centang) pada kolom Ya/Tidak. Jika anak belum bisa melakukan salah satu dari hal berikut ini, segera bawa ke Puskesmas.

No.	Penanda Perkembangan Anak	Ya	Tidak
1	Anak bisa berjalan lurus?		
2	Anak bisa berdiri dengan 1 kaki selama 11 detik?		
3	Anak bisa menggambar dengan 6 bagian, menggambar orang lengkap?		
4	Anak bisa menangkap bola kecil dengan kedua tangan?		
5	Anak bisa menggambar segi empat?		
6	Anak bisa mengerti arti lawan kata?		
7	Anak bisa mengerti pembicaraan yang menggunakan 7 kata atau lebih?		
8	Anak bisa menjawab pertanyaan tentang benda terbuat dari apa dan kegunaannya?		
9	Anak bisa mengenal angka, bisa menghitung angka 5 -10?		
10	Anak bisa mengenal warna-warni?		
11	Anak bisa mengungkapkan simpati?		
12	Anak bisa mengikuti aturan permainan?		
13	Anak bisa berpakaian sendiri tanpa dibantu?		

KIA 2024 Book 2.17.11 44 11/22/24 23:48

Menjaga Kesehatan Mental Orang Tua dalam Pengasuhan Anak

Orang tua memiliki peran utama dalam membentuk lingkungan yang sangat dibutuhkan anak untuk tumbuh kembang sehat. Untuk itu, orang tua harus memiliki kemampuan mengelola kesehatan fisik dan mentalnya.

Orang tua yang sehat mental mampu mengatasi stres, memberi aturan yang jelas pada anak, paham kebutuhan anak, serta mau memperbaiki hubungan kembali setelah melepas emosi berlebihan. Anak yang dibesarkan oleh orang tua yang sehat mental akan lebih mudah untuk fokus belajar dan berteman.

Hal-hal yang dapat dilakukan orang tua:

1. **Bekerja Sama dalam Pengasuhan Positif**
   Ayah dan ibu bekerja sama dalam menerapkan pengasuhan yang tegas dan penuh kasih sayang.

   YANG HARUS DILAKUKAN
   - Orang tua menyepakati aturan yang diterapkan pada anak.
   - Tidak saling menyalahkan saat menghadapi masalah dalam pengasuhan.

2. **Mengenali dan Mengelola Emosi dalam Pengasuhan**
   Mengasuh anak tentunya memunculkan banyak tantangan yang dapat mempengaruhi kondisi emosi orang tua. Oleh karena itu, orang tua perlu mengelola emosinya dengan baik.

   YANG HARUS DILAKUKAN
   - Kenali diri sendiri. Apa yang membuat saya marah? Apa yang bisa saya lakukan untuk membuat diri merasa lebih baik?
   - Atur harapan dan prioritas. Misalnya, anak sedang sakit dan orang tua kelelahan. Jangan memaksakan diri untuk melakukan semua hal,, seperti mencuci atau menyetrika baju.
   - Bekerja sama dengan pasangan untuk meringankan beban.
   - Tetap melakukan hobi untuk menjaga rasa bahagia.

3. **Memahami dan Mengelola Stres Pengasuhan**
   Ketika orang tua merasa tidak mampu menghadapi tantangan saat mengasuh anak, seperti anak sulit makan, berat badan anak kurang, atau perilaku anak tidak sesuai, maka akan timbul stres pengasuhan.

   YANG HARUS DILAKUKAN
   - Keloia stres dengan baik, misalnya dengan melakukan relaksasi.
   - Cari bantuan tenaga kesehatan di Puskesmas, jika stres sudah mengganggu kehidupan sehari-hari.

Orang tua yang terjaga kesehatan mentalnya mampu membentuk keluarga yang tangguh dan anak yang sehat.

Pindai kode QR untuk membaca buku Pengasuhan Positif.

Informasi Umum

Menjaga Kebersihan, Keselamatan Anak, dan Lingkungan

Hal-hal yang harus dilakukan untuk anak di semua rentang usia

- Jaga kebersihan diri dan lingkungan anak dengan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan pakai sabun, menjauhkan anak dari paparan asap rokok dan lain-lain.
- Lakukan perawatan kesehatan gigi dan mulut anak (lihat halaman 87).
- Berikan perlindungan dan keamanan bagi anak dari bahaya, seperti kecelakaan, kekerasan, dan lain-lain..
- Orang tua/keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita setiap bulan .

KIA 2024 Book 2.17.11 45 11/22/24 23:48

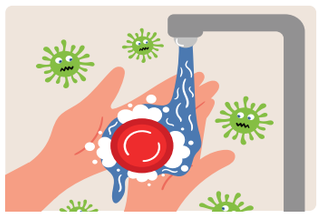
Cuci Tangan Pakai Sabun

Kapan Saja Harus Mencuci Tangan

1. Setelah buang air
2. Sebelum memegang dan menyusui bayi
3. Setelah menceboki bayi atau anak
4. Sebelum makan dan menyuapi anak
5. Sebelum memegang makanan dan setelah makan
6. Setelah bersin/batuk
7. Setiap kali tangan kita kotor: mengetik, memegang uang, hewan/binatang, berkebun.

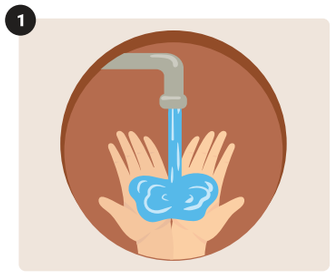
Pentingnya Mencuci Tangan Dengan Air Bersih Dan Sabun

1. Kuman penyakit sangat mudah ditularkan melalui tangan. Pada saat makan kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang bisa menimbulkan penyakit
2. Tangan kadang terlihat bersih secara kasat mata namun tetap mengandung kuman
3. Sabun dapat membersihkan kotoran dan merontokkan kuman. Tanpa sabun, kotoran dan kuman tertinggal di tangan.

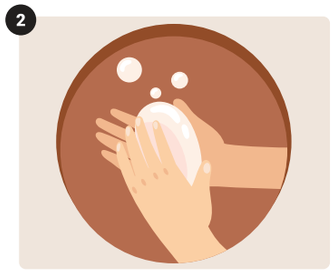


Cara Cuci Tangan Yang Benar

Biasakan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir.



1 Basahi seluruh tangan dengan air bersih. mengalir.



2 Gosok sabun secara merata.

3 Ke telapak punggung, dan sela-sela jari tangan.

4 Telapak kanan di atas tangan kiri dan telapak kiri di atas punggung tangan kanan.

5 Bersihkan bagian bawah kuku.

6 Bilas tangan dengan air bersih mengalir.

7 Keringkan tangan dengan handuk/tisue atau keringkan dengan diangin-anginkan.

Perawatan Gigi Anak

Faktor Risiko Gigi Berlubang

- Meminum susu botol saat tidur malam
- Mengemil makanan manis di antara waktu makan
- Tidak menyikat gigi sebelum tidur
- Mengemut makanan

Cara Membersihkan Gigi Anak

Anak Usia 0 - 4 Bulan

1. Gendong atau pangku anak dengan satu tangan.
2. Bersihkan gusi anak secara perlahan dengan kain atau lap basah yang dilingkarkan pada jari telunjuk ibu.

Anak Usia 6 - 12 Bulan

1. Bersihkan gusi anak setelah diberi makan menggunakan kain atau lap basah.
2. Bila gigi susu mulai muncul, bersihkan giginya dengan sikat gigi anak berbulu halus tanpa pasta gigi atau dengan pasta gigi selapis tipis pada permukaan bulu sikat.

Perawatan Anak Sakit

Setiap orang tua pasti khawatir jika anaknya jatuh sakit. Namun, Ibu harus tetap tenang dan memastikan kebutuhan gizi si kecil tetap tercukupi selama sakit.

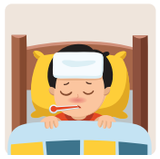
Saat anak sakit, daya tahan tubuhnya akan melemah, sehingga ia membutuhkan lebih banyak zat gizi untuk memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak, serta memulihkan energinya. Oleh karena itu, yang harus Ibu lakukan saat merawat anak yang sedang sakit adalah

- Memberi asupan gizi lebih banyak
  Caranya bisa dengan menambah porsi ASI atau makanan minuman yang diberikan, atau menambah variasi makanan untuk menambah asupan gizinya.
- Memberi asupan gizi lebih sering
  Caranya dengan memberi makan lebih sering dari biasanya. Misalnya, jika anak biasa makan 3-4 kali dalam sehari, tambahkan 1-2 kali lagi, namun dengan porsi yang tidak membuat anak terlalu kenyang.

KIA 2024 Book 2.17.11 46 11/22/24 23:48

Perawatan Anak Sakit

Demam



- Jika masih menyusu, berikan ASI lebih sering.
- Beri minum lebih sering dan lebih banyak.
- Jangan diselimuti atau diberi baju tebal.
- Kompres dengan air biasa atau air hangat.
- Jangan kompres dengan air dingin karena anak bisa menggigil.
- Jika demam tinggi, beri obat penurun panas sesuai dosis.
- Untuk daerah endemis malaria, balita harus tidur di dalam kelambu anti nyamuk (mengandung insektisida).

Segera ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Demam disertai kejang.
- Setelah diberi penurun panas, demam tidak turun dalam 2 hari,
- Demam disertai bintik-bintik merah, pendarahan di hidung, dan atau buang air besar berwarna hitam.

Batuk

- Berikan ASI lebih sering.
- Beri minum air matang lebih banyak.
- Jika umurnya diatas 1 tahun, beri kecap manis atau madu dicampur air jeruk nipis sebagai pelega tenggorokan.
- Jauhkan dari asap rokok, asap dapur, asap sampah, polusi kendaraan bermotor dan debu.

Segera ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Batuk tidak sembuh dalam 2 hari.
- Anak sesak napas.
- Demam.

Diare/Mencret

- Jika anak masih menyusu, terus berikan ASI sesering mungkin.
- Berikan segera 1/2 -1 gelas cairan oralit setiap anak buang air besar, jika tidak ada oralit, berikan air matang, kuah sayur bening, dan air tajin.
- Pemberian zinc setiap hari selama 10 hari berturut-turut:
  - untuk anak usia <6 bulan 1 kali 1/2 tablet.
  - untuk anak usia 6 bulan - 5 tahun 1 kali 1 tablet.
- Beri MP-ASI atau makan seperti biasa.
- Jangan beri obat apapun kecuali dari petugas kesehatan.

Segera ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Timbul demam.
- Ada darah dalam tinja.
- Diare makin parah.
- Muntah terus menerus.
- Anak terlihat sangat haus.
- Anak tidak mau makan dan minum.
- Diare berulang-ulang.

Luka dan Koreng

- Luka: Cuci bersih luka dengan air bersih mengalir.
- Koreng: Periksakan ke Puskesmas

Segera ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Luka bernanah atau berbau.

Anak Dengan Disabilitas

Anak dengan disabilitas rentan terhadap masalah kesehatan karena lebih berisiko mendapat kekerasan baik dari keluarga atau lingkungan karena Anak dengan Disabilitas mengalami hambatan dalam pemenuhan gizi, ketidakmampuan memelihara kebersihan perorangan dan cenderung berperilaku berisiko yang tidak sesuai norma masyarakat.

Orang tua dan anggota keluarga membantu Anak dengan Disabilitas dalam menjalankan aktivitas sehari-hari:

1. Penguatan mental untuk bisa menerima kondisi anak dengan segala kekurangannya.
2. Melindungi dan memberi rasa aman pada anak dengan memberikan kasih sayang, semangat dan motivasi secara terbaik.
3. Ajari anak dengan sabar melatih kemandirian anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari.
4. Menyediakan makanan bergizi seimbang dan memeriksakan kesehatan anak secara teratur serta memantau tumbuh kembang anak.
5. Anak dengan disabilitas perlu kontrol teratur untuk terapi, pemantauan status gizi, kemajuan perkembangan, serta melengkapi status imunisasi di Puskesmas terdekat. Anak dengan disabilitas rentan terhadap masalah kesehatan karena lebih berisiko mendapat kekerasan dari orang tua/lingkungannya akibat dari kelainan/ kecacatannya, mengalami hambatan dalam pemenuhan gizi, ketidakmampuan anak dalam memelihara kebersihan perorangan, cenderung berperilaku berisiko yang tidak sesuai dengan norma masyarakat.
6. Anak dengan gangguan kemampuan berbicara dan berbahasa, pahami anak akan kesulitan dalam mengekspresikan secara lisan. Melatih anak melafalkan huruf, vokal dan konsonan, suku kata, kata, dan kalimat, melatih anak memperhatikan dan mendengar pembicaraan.

Komunitas orang tua, organisasi masyarakat untuk anak dengan disabilitas:

1. Forum Komunikasi Keluarga Anak Dengan Kecacatan (FKKADK).
2. Persatuan Orang Tua Anak Dengan Down Syndrome (POTADS).
3. Ikatan Sindrome Down Indonesia (ISDI).
4. Komunitas Peduli Tuna Daksa (KOPETUNDA).
5. Persatuan Tuna Netra Indonesia (PERTUNI).
6. Himpunan Wanita Disabilitas I ndonesia (HWDI).
7. Gerakan untuk Kesejahteraan Tuna Rungu Indonesia (GERKATIN).
8. Federasi Kesejahteraan Penyandang Cacat Tubuh Indonesia (FKPCTI).
9. Yayasan Autis Indonesia (YAI).
10. Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC).
11. Yayasan Sayap Ibu.
12. Bagi keluarga yang jauh dari komunitas tersebut di atas, dapat melibatkan diri dalam kegiatan Posyandu, PAUD, PKK, RBM. Polindes/Poskesdes, dan Puskesmas terdekat.

KIA 2024 Book 2.17.11 47 11/22/24 23:48

Perlindungan Anak

Bagaimana melindungi anak dari kekerasan fisik, psikis, dan kejahatan seksual?

Lindungi Anak dari Kekerasan Fisik, Psikis, Seksual, dan Penelantaran. Contoh bentuk kekerasan:

- Mencubit, memukul (kekerasan fisik).
- Mengejek, mengancam (kekerasan psikis).
- Melakukan perbuatan cabul terhadap anak, mempertontonkan aktivitas seksual terhadap anak (kekerasan seksual).
- Tidak memenuhi kebutuhan gizi, kesehatan, pendidikan (penelantaran).

Awas! Banyak pelaku kekerasan fisik dan kejahatan seksual dilakukan oleh orang yang dikenal anak.

Bangun komunikasi dengan anak

- Dengarkan cerita anak dengan penuh perhatian
- Orang Tua belajar melihat dari sudut pandang anak. Jangan cepat mengkritik atau mencela cerita anak
- Hargai pendapat dan seleranya walau mungkin orang tua tidak setuju
- Jika anak cerita sesuatu hal yang sekiranya membahayakan, tanya anak bagaimana mereka menghindari bahaya tersebut

Ajarkan anak: Tidak boleh ada orang yang menyentuh bagian pribadinya, seperti kelamin, paha, dada, pantat dan kaki.

Kenali dan penuhi hak anak Anda

- Kelola stres Anda dan anggota keluarga lainnya
- Ketahui selalu keberadaan anak Anda
- Pastikan pengasuh anak Anda dapat dipercaya

Perhatikan adanya tanda-tanda kekerasan pada anak

- Memar dan luka yang tidak bisa dijelaskan
- Gangguan makan dan tidur
- Perubahan perilaku
- Adanya infeksi menular seksual

Kesehatan Lingkungan (Diisi oleh keluarga)

Baca dan pahami hal-hal di bawah ini. Jika ada yang tidak dimengerti, tanyakan pada kader.

Sarana Sanitasi (pilih salah satu)

1. Di mana ibu dan keluarga buang air besar?
   - ☐ Sembarangan (di kebun, sungai dll)
   - ☐ Jamban milik sendiri
2. Bila jamban milik sendiri, bagian bawahnya/ bak penampung tinja berupa apa?
   - ☐ Tangki septik disedot setiap 3-5 tahun terakhir atau disalurkan ke sistem pengolahan
   - ☐ Cubluk/lubang tanah
   - ☐ Dibuang langsung ke drainase/kolam/ sawah/sungai/danau/laut dan pantai/tanah lapang/kebun
3. Bagaimana bentuk kloset jambannya?
   - ☐ Kloset leher angsa/lainnya yang mencegah binatang pembawa penyakit masuk

Cuci Tangan Pakai Sabun

1. Seperti apa jenis sarana cuci tangan dirumah ibu?
   - ☐ Memiliki sarana/tempat
   - ☐ Memiliki air mengalir
   - ☐ Memiliki sabun
2. Apakah ibu melakukan cuci tangan pakai sabun (lihat halaman 86)?
3. Apakah ibu mengetahui waktu-waktu kritis cuci tangan pakai sabun?
   - ☐ Sebelum makan
   - ☐ Sebelum mengolah dan menghidangkan makanan
   - ☐ Sebelum menyusui anak, sebelum memberi makan bayi/balita
   - ☐ Setelah buang air besar/kecil

Pengelolaan Makanan dan Air Minum

1. Apa sumber air minum di rumah ibu?
   - ☐ Pipa
   - ☐ Kran umum
   - ☐ Sumur bor/pompa/sumur gali yang terlindungi
   - ☐ Mata air terlindungi
   - ☐ Sungai/mata air tidak terlindungi
   - ☐ Danau/kolam/sumur gali tidak terlindungi
   - ☐ Air hujan
   - ☐ Waduk
   - ☐ Kolam
   - ☐ Irigasi
2. Bagaimana ibu mengelola air minum di rumah tangga?
   - ☐ Melalui proses pengolahan (misal: merebus)
   - ☐ Jika air keruh dilakukan pengolahan, seperti: pengendapan atau penyaringan
   - ☐ Menyimpan air minum di dalam wadah yang tertutup rapat, kuat dan diambil dengan cara yang aman (tidak tersentuh tangan atau mulut)
3. Bagaimana ibu mengelola makanan di dalam keluarga?
   - ☐ Makanan tertutup baik dengan penutup yang bersih
   - ☐ Makanan tidak berdekatan dengan bahan berbahaya dan beracun (deterjen, pestisida, cairan obat nyamuk, dan sejenisnya)
   - ☐ Mengelola makanan dengan baik dan benar yaitu menjaga kebersihan, memisah makanan mentah dan matang, memasak sampai matang, tidak membiarkan makanan matang di luar lebih dari 4 jam serta menggunakan air yang aman.

Pengelolaan Sampah

Bagaimana ibu mengelola sampah?

- ☐ Tidak ada sampah berserakan di lingkungan sekitar rumah
- ☐ Ada tempat sampah yang tertutup, kuat dan mudah dibersihkan
- ☐ Telah melakukan pemilahan sampah
- ☐ Tidak dibakar
- ☐ Tidak dibuang ke sungai/kebun/saluran drainase/tempat terbuka

Pengelolaan Limbah Cair (air bekas cuci baju, piring, mandi):

Bagaimana ibu mengelola limbah cair di rumah?

- ☐ Tidak terlihat genangan air di sekitar rumah
- ☐ Ada saluran pembuangan limbah cair rumah tangga (non kakus) yang kedap dan tertutup
- ☐ Terhubung dengan sumur resapan dan atau sistem pengolahan limbah

KIA 2024 Book 2.17.11 48 11/22/24 23:48

INFORMASI UMUM

Keselamatan Lingkungan (Diisi oleh Keluarga)

Baca dan pahami hal-hal di bawah ini. Jika ada yang tidak dimengerti, tanyakan pada kader.

Hindarkan anak dari risiko jatuh

- ☐ Televisi, meja, lemari, dan rak yang tidak cukup kuat dipanjat oleh bayi harus diikat atau menempel di dinding. Beri bantalan pada tepi mebel/perabot yang sudutnya tajam.
- ☐ Baby walker tidak disarankan karena menghambat anak dalam melakukan langkah dan dapat menyebabkan bayi terjatuh.
- ☐ Jendela paling sedikit 1 meter dari lantai untuk mencegah bayi memanjat.
- ☐ Sering-seringlah memeriksa gerbang pagar rumah untuk mencegah bayi memanjat.
- ☐ Jangan tinggalkan bayi sendirian di tempat-tempat tinggi.
- ☐ Tangga dan balkon dipasang pagar dan jarak antar pagarnya tidak lebih dari 9 cm untuk mencegah kepala atau bagian tubuh bayi melewatinya.
- ☐ Memasang pengaman di sekitar tempat tidur anak untuk mencegah anak jatuh dari tempat tidur.

Hindarkan Anak dari Luka Bakar dan Bahaya Listrik

- ☐ Jauhkan anak dari kabel listrik dan panci panas.
- ☐ Soket listrik harus dipasang jauh dari jangkauan anak-anak atau dengan perangkat penutup.
- ☐ Jangan memegang barang yang panas ketika memegang atau memangku bayi.

Mencegah Bayi Kekurangan Napas

- ☐ Jangan memberikan makanan anak yang keras dan sulit dikunyah.
- ☐ Jangan biarkan anak bermain dengan benda benda yang berisiko anak terjerat/ tercekik, tidak bisa bernafas (tali panjang, kantong plastik, mainan kecil, dan lain-lain).
- ☐ Hindari menidurkan bayi dalam posisi telungkup tanpa pengawasan.

Hindarkan Anak dari Bahaya Tenggelam

- ☐ Jangan biarkan anak sendiri di bak mandi atau ember.
- ☐ Beri pembatas yang aman agar anak tidak leluasa menjangkau sumber air sendiri. Jangan biarkan anak bermain di tepi kolam renang tanpa pengawasan.
- ☐ Anak usia 1 tahun 6 bulan diajari tentang bahaya air.
- ☐ Anak usia 2 tahun harus diajari cara melayang ketika jatuh di air dan berenang jarak pendek.
- ☐ Anak usia 6 tahun harus bisa berenang dengan keterampilan bertahan di air.

Catatan Kader

Kesiap-siagaan Dalam Situasi Bencana

Indonesia merupakan negara yang terletak di wilayah yang rawan bencana, bencana alam yang sering terjadi di Indonesia antara lain gempa bumi, erupsi gunung berapi, kebakaran hutan/ lahan longsor, banjir, tsunami, di samping bencana non alam seperti pandemi virus atau situasi konflik. Kelompok yang paling rentan terdampak bencana diantaranya adalah ibu hamil, ibu nifas, bayi dan balita. Kondisi pengungsian yang padat dan tidak memadai, dengan hygiene dan sanitasi yang buruk, berisiko tinggi menimbulkan berbagai penyakit, termasuk risiko terinfeksi penyakit menular dan peningkatan kasus gizi kurang. Disamping itu juga berisiko terhadap pelecehan, kekerasan, dan trauma. Selain risiko kesakitan, kecacatan dan kematian, anak dan balita juga memiliki risiko terpisah dari orang tua.

Reaksi bayi dan anak berumur 1-2 tahun sangat dipengaruhi oleh suasana kejiwaan orangtuanya dalam menghadapi bencana. Bila orang tua panik dan cemas, maka anak- anak tersebut akan gelisah, rewel dan mudah terkena penyakit. Anak usia prasekolah mudah merasa tidak berdaya dan terus mengingat trauma psikis yang dialami akibat bencana. Hal ini mengakibatkan gangguan tidur dan anak lebih banyak berdiam diri. Bimbingan untuk bermain dapat mengurangi masalah tersebut. Dalam situasi normal, ibu hamil, ibu bersalin, bayi, dan balita terutama yang tinggal di daerah rawan bencana untuk mempersiapkan kesiapsiagaan menghadapi bencana:

- Membuat rencana darurat keluarga.
  - Kenali ancaman bencana.
  - Nomor kontak penting (keluarga, fasilitas pelayanan kesehatan/rumah sakit/ puskesmas/rumah bersalin/klinik, dan lain-lain).
  - Identifikasi lokasi untuk mematikan air, gas, dan listrik.
  - Identifikasi titik kumpul dan titik aman di dalam bangunan atau rumah.
  - Ketahui rute evakuasi.
  - Identifikasi anggota keluarga yang rentan (bayi, balita, ibu hamil, ibu bersalin nifas, lanjut usia, dan penyandang disabilitas).
- Menyimak informasi dari radio/televisi media online/informasi resmi dari BPBD, BNPB. Apabila sudah terbentuk posko informasi lanjutan akan diberikan oleh posko setempat.
- Menyiapkan kit bencana.

KIA 2024 Book 2.17.11 49 11/22/24 23:48

Persiapan Kit Bencana

Buku KIA
Buku pedoman untuk ibu hamil/bersalin/ nifas dan pedoman bayi dan balita.

Obat-obatan
Obat sehari-hari dan obat-obatan rutin, vitamin, serta perlengkapan pendukungnya.

Kalung Tanda Pengenal
Tanda pengenal berisi informasi nama, nama orang tua, no. telepon orang tua, dan alamat.

Peralatan Elektronik
Handphone, powerbank, kabel charger, radio walkie-talkie, baterai.

Benda Khusus Bayi dan Balita
Pakaian, selimut, popok, topi, kaos kaki, dan mainan secukupnya.

Peralatan Bertahan Hidup
Pisau, gunting, peluit, pisau serba guna, senter, korek/ pemantik api.

Benda Khusus Ibu
Kain panjang, pakaian lengkap dan perlengkapan lain secukupnya.

Makanan dan Minuman
Makanan instan, air mineral, roti, dan makanan praktis untuk dibawa di dalam tas.

Pembersih Higienis
Tisu basah dan tisu kering, hand sanitizer, perlengkapan mandi.

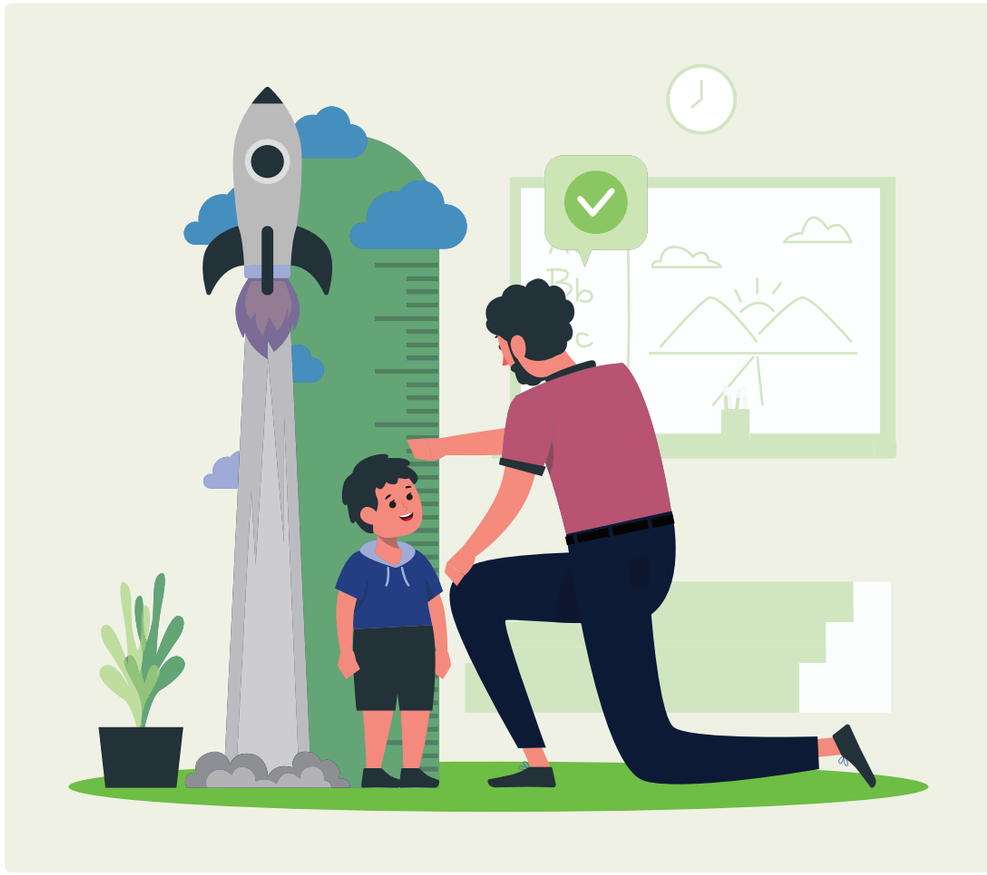
Uang dan Dokumen Penting
Uang tunai, KTP/ Paspor, kartu ATM, dan dokumen penting lainnya.

Perlengkapan Keselamatan
Jaket, sepatu, sarung tangan, masker, helm, jas hujan/ponco ringan.

Tas Ransel
Tas untuk membawa semua perlengkapan persiapan kit bencana.

Pengukuran & Pencatatan oleh Tenaga Kesehatan

Pemantauan Kesehatan Ibu dan Tumbuh Kembang Anak



Pemeriksaan kesehatan ibu dan anak di setiap tahap kehidupan penting dilakukan untuk memantau kesehatan ibu sebelum dan sesudah melahirkan, serta tumbuh kembang anak secara terbaik.

Pemantauan kesehatan ibu bertujuan untuk memastikan proses melahirkan yang sehat, sedangkan pemantauan tumbuh kembang anak untuk memastikan si kecil tumbuh sehat sesuai usianya dan mencegah stunting.

Tabel dan grafik yang ada di sini mencatat setiap pemeriksaan yang dilakukan, baik oleh kader maupun tenaga kesehatan, disertai dengan edukasi tentang hal-hal yang dipantau di bagian depan. Pastikan semua pencatatan dilakukan dengan cermat demi mewujudkan ibu dan anak yang sehat.

KIA 2024 Book 2.17.11 50 11/22/24 23:48

Pencatatan Pelayanan Kesehatan Ibu yang Sudah Diterima

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan mengisi data dan paraf sesuai layanan yang diberikan.

HPHT/Trimester	I 12 Minggu Pertama	II 13 - 28 Minggu		III Diatas 28 Minggu		
Kunjungan ke-	1	2	3	4	5	6
Tanggal dan Tempat						
Tanggal periksa						
Tempat periksa						
Catatan Pemeriksaan						
Berat Badan						
Tinggi Badan						
Lingkar Lengan Atas						
Tekanan Darah						
Tinggi Rahim						
Letak dan Denyut Jantung bayi						
Status dan Imunisasi Tetanus						
Konseling						
Skrining Dokter						
Tablet Tambah Darah						
Tes Lab Hemoglobin (Hb)						
Tes Golongan Darah						
Tes Lab Protein Urine						
Tes Lab Gula Darah						
USG						
Tripel Eliminasi (H/S/Hep B)						
Tata Laksana Kasus						

Lihat edukasi untuk ibu hamil di halaman 4-20.

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Pelayanan Pemeriksaan Kehamilan

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Pastikan ibu hamil mendapatkan pelayanan pemeriksaan kehamilan yang meliputi;

- ☐ **Penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan**
  - Ukur tinggi badan Ibu untuk menentukan status gizi dan risiko proses melahirkan
  - Pantau kenaikan berat badan sesuai dengan grafik peningkatan berat badan
- ☐ **Ukur tekanan darah**
  Tujuannya untuk mengetahui ada/tidaknya Hipertensi atau tekanan darah | ≥140/90 mmHg.
- ☐ **Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA)**
  Tujuannya untuk mengetahui ada/tidaknya risiko kurang energi kronis jika LiLA <23,5 cm.
- ☐ **Ukur tinggi Fundus Uteri/tinggi rahim**
- ☐ **Pemeriksaan presentasi bayi dan denyut jantung bayi**
  Tujuannya untuk melihat kelainan letak bayi atau masalah lain
- ☐ **Beri tablet tambah darah (TTD) atau suplemen kesehatan multivitamin dan mineral untuk ibu hamil (MMS) setiap hari selama kehamilan**
  Periksa kandungan TTD dan MMS sedikitnya berisi 30 - 60 mg zat besi dan 400 microgram asam folat.
- ☐ **Skrining status imunisasi Tetanus dan pemberian imunisasi bila diperlukan**

Status	Interval Minimual Pemberian	Masa Perlindungan
T1	Langkah awal pembentukan kekebalan tubuh terhadap penyakit Tetanus	
T2	1 bulan setelah T1	3 tahun
T3	6 bulan setelah T2	5 tahun
T4	12 bulan setelah T3	10 tahun
T5	12 bulan setelah T4	Lebih dari 25 tahun

- ☐ **Skrining Kesehatan Jiwa**
- ☐ **Tata laksana/penanganan kasus**
  Apabila ditemukan masalah, segera ditangani atau dirujuk
- ☐ **Temu wicara/konseling**
  Dilakukan pada saat ibu melakukan pemeriksaan kehamilan
- ☐ **Periksa Laboratorium:**
  - ☐ Pemeriksaan Kadar Hemoglobin
  - ☐ Protein Urin
  - ☐ Triple Eliminasi: HIV, Sifilis, Hepatitis B
  - ☐ Pemeriksaan lain sesuai indikasi
- ☐ **Pemeriksaan Ultrasonografi (USG)**

Lihat edukasi untuk ibu hamil di halaman 4-20.

KIA 2024 Book 2.17.11 51 11/22/24 23:48

Evaluasi Kesehatan Ibu Hamil

Diisi oleh Dokter

Nama Dokter ..... Tanggal Periksa .....

Fasilitas Kesehatan .....

Kondisi Kesehatan Ibu

TB	cm	IMT			
BB	kg	Kurus	Normal	Gemuk	Obesitas
LiLa	cm				

Status Imunisasi TD

TT	Selang Waktu	Perlindungan	✔
1		Awal	
2	1 bulan	3 tahun	
3	6 bulan	5 tahun	
4	12 bulan	10 tahun	
5	12 bulan	> 25 tahun	

Kesimpulan: Status imunisasi

Imunisasi lainnya: COVID-19/ .....

Pemeriksaan Khusus

Inspeksi/ Inspekulo	Porsio	Normal	Tidak normal
	Uretra	Normal	Tidak normal
	Vagina	Normal	Tidak normal
	Vulva	Normal	Tidak normal
	Fluksus	+ / - -	+ / - -
	Fluor	+ / - -	+ / - -

Lingkari pilihan yang sesuai.

Riwayat Kesehatan Ibu Sekarang

Alergi	Asma
Autoimun	Diabetes
Hepatitis B	Hipertensi
Jantung	Jiwa
Sifilis	TB
Lainnya:	

Lingkari pilihan yang sesuai.

Riwayat Perilaku Berisiko 1 Bulan Sebelum Hamil

Aktivitas fisik kurang	Alkohol
Kosmetik yang mengandung zat berbahaya	Merokok
Obat Teratogenik	Pola makan berisiko
Lainnya:	

Lingkari pilihan yang sesuai.

Riwayat Penyakit Keluarga

Alergi	Asma
Autoimun	Diabetes
Hepatitis B	Hipertensi
Jantung	Jiwa
Sifilis	TB
Lainnya:	

Lingkari pilihan yang sesuai.

Riwayat Kehamilan dan Proses Melahirkan

Termasuk keguguran, kembar, dan lahir mati.

No	Tahun	BB gram	Proses Melahirkan	Penolong Proses Melahirkan	Masalah
1					
2					
3					

Lihat edukasi untuk ibu hamil di halaman 4-20.

Pemeriksaan Dokter Trimester 1

Diisi oleh Dokter

Umur kehamilan < 12 minggu.

Nama Dokter ..... Tanggal Periksa .....

Konsep : Anamnesa dan pemeriksaan dokter umum mengenai risiko kehamilan saat ini normal/ kehamilan bermasalah.

Pemeriksaan Fisik

Keadaan Umum .....

Konjungtiva		Anemia	Tidak Anemia	
Sklera		Ikterik	Tidak Ikterik	
Kulit		Normal	Tidak normal	
Leher		Normal	Tidak normal	
Gigi Mulut		Normal	Tidak normal	
THT		Normal	Tidak normal	
Dada	Jantung	Normal	Tidak normal	
	Paru	Normal	Tidak normal	
Perut		Normal	Tidak normal	
Tungkai		Normal	Tidak normal	

USG Trimester I

HPHT .....

Keteraturan haid: (Teratur/Tidak Teratur)*

Umur kehamilan berdasar HPHT (pada siklus haid teratur) ..... Minggu

HPL Berdasarkan HPHT (pada sikulus haid teratur) .....

Umur kehamilan berdasarkan USG ..... Minggu

HPL berdasarkan USG .....

Jumlah GS	Tunggal/kembar*
Diameter GS	..... cm, sesuai dengan umur kehamilan: ..... Minggu + ... hari
Jumlah bayi	Tunggal/kembar*
CRL	..... cm, sesuai dengan umur kehamilan: ..... Minggu + ... hari
Letak Produk Kehamilan	Intrauterin/extrauterin/tidak dapat ditentukan*
Pulsasi Jantung	Tampak/tidak tampak*
Kecurigaan Temuan Abnormal	Ya/tidak*, Sebutkan .....

- HPHT: Hari Pertama Haid Terakhir/Tnaggal Mulai Haid Terakhir, HPL: Hari Perkiraan Lahir/Tanggal Taksiran Persalingan, GS: Gestational Sac/ Kantung Kehamilan, CRL: Crown-Rump Length/Jarak Puncak Kepala Bokong.
- Bila embrio/fetus sudah tampak maka pengukuran yang dilakukan adalah CRL sementara GS tidak perlu dilakukan pengukuran.
- Pulsasi jantung adalah gerakan jantung yang tervisualisasi setelah CRL berukuran lebih dari 4.5 cm.
- Umur Kehamilan serta HPL USG yang dipakai adalah berdasarkan hasil pengukuran CRL (Trimester I).
- *: Lingkari pilihan yang sesuai.

Lihat edukasi untuk ibu hamil pada masa trimester 1 di halaman 6-8.

KIA 2024 Book 2.17.11 52 11/22/24 23:48

Hasil USG

Pemeriksaan Laboratorium

Tanggal ___ / ___ / 20 ___

Pemeriksaan	Hasil		Rencana Tindak Lanjut
Hemoglobin		g/dL	
Golongan Darah & Rhesus			
Gula Darah Sewaktu		Mg/dL	
Tripel Eliminasi			
H	Reaktif	Non reaktif	
S	Reaktif	Non reaktif	
Hepatitis B	Reaktif	Non reaktif	

Skrining Kesehatan Jiwa

Tanggal ___ / ___ / 20 ___

Skrining Kesehatan Jiwa	Ya	Tidak
Tindak Lanjut Hasil Skrining Kesehatan Jiwa	Edukasi	Konseling
Perlu Rujukan	Ya	Tidak

Lingkari jawaban yang sesuai.

Kesimpulan _____

Rekomendasi _____

ANC dapat dilakukan di FKTP atau rujuk ke FKRTL.

Lihat edukasi untuk ibu hamil pada masa trimester 1 di halaman 6-8.

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Catatan Pelayanan Kesehatan Ibu Trimester 1

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

KIA 2024 Book 2.17.11 53 11/22/24 23:48

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Skrining Preeklampsia

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Umur kehamilan < 20 minggu.

Jika ibu berisiko preeklampsia maka pemeriksaan kehamilan, proses melahirkan dan pemeriksaan nifas dilaksanakan di Rumah Sakit. Lakukan rujukan terencana pada ibu hamil dengan kondisi yang disebutkan di atas (tidak perlu menunggu inpartu)

Kriteria	Risiko Sedang	Risiko Tinggi
Anamnesis		
Multipara Dengan Kehamilan oleh Pasangan Baru		
Kehamilan dengan Teknologi Reproduksi Berbantu: Bayi Tabung, Obat Induksi Ovulasi		
Umur ≥ 35 Tahun		
Nulipara		
Multipara yang Jarak Kehamilan Sebelumnya > 10 Tahun		
Riwayat Preeklampsia pada Ibu atau Saudara Perempuan		
Obesitas Sebelum Hamil (IMT > 30 kg/m2)		
Multipara Dengan Riwayat Preeklampsia Sebelumnya		
Kehamilan Multipel		
Diabetes dalam Kehamilan		
Hipertensi Kronik		
Penyakit Ginjal		
Penyakit Autoimun, SLE		
Anti Phospholipid Syndrome*		
Pemeriksaan Fisik		
Mean Arterial Presure > 90 mmHg **		
Proteinuria (Urin Celup > +1 pada 2x Pemeriksaan Berjarak 6 Jam atau Segera Kuantitatif 300 mg/24 Jam)		
* Manifestasi Klinis APS Antara Lain: Keguguran Berulang, IUFD, Kelahiran Prematur ** MAP dihitung pada Kehamilan < 20 Minggu $MAP = \frac{(2XD) + S}{3}$	Ibu hamil dilakukan rujukan bila ditemukan sedikitnya • ☐ 2 risiko sedang dan atau, • ☐ 1 risiko tinggi	

Beri tanda ✔ (centang)pilihan yang sesuai.

Kesimpulan _____

Skrining Diabetes Melitus Gestasional pada Usia Kehamilan 24 - 28 Minggu

Pemeriksaan	Hasil	Rencana Tindak Lanjut
Gula Darah Puasa	g/dL	
Gula Darah 2 Jam Post Prandial	g/dL	

Tanggal Periksa _____ Dokter Pemeriksa

(_____)

Lihat edukasi untuk ibu hamil di halaman 4-20.

Catatan Pelayanan Kesehatan Ibu Trimester 2

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

KIA 2024 Book 2.17.11 54 11/22/24 23:48

Pemeriksaan Dokter Trimester 3

Diisi oleh Dokter

Umur kehamilan 32 - 36 minggu.

Nama Dokter _____ Tanggal Periksa _____

Konsep : Anamnesa dan pemeriksaan dokter umum mengenai risiko kehamilan saat ini normal/ kehamilan bermasalah.

Pemeriksaan Fisik

Keadaan Umum _____

Konjungtiva		Anemia	Tidak Anemia	
Sklera		Ikterik	Tidak Ikterik	
Kulit		Normal	Tidak normal	
Leher		Normal	Tidak normal	
Gigi Mulut		Normal	Tidak normal	
THT		Normal	Tidak normal	
Dada	Jantung	Normal	Tidak normal	
	Paru	Normal	Tidak normal	
Perut		Normal	Tidak normal	
Tungkai		Normal	Tidak normal	

USG Trimester III

USG Trimester III telah dilakukan: Ya/tidak*

- Bila ya, Umur Kehamilan saat ini berdasarkan USG Trimester I: ..... minggu.
- Bila tidak dan haid teratur, umur kehamilan saat ini berdasarkan HPHT: ..... minggu.

Umur Kehamilan berdasarkan biometri bayi USG Trimester III: ..... minggu.

Apakah terdapat selisih 3 minggu atau lebih diantara UK USG Trimester I/HPHT dengan UK USG Trimester III: Ya/tidak*

Jumlah bayi	Tunggal/kembar*
Letak bayi	Intrauterin/extrauterin/tidak dapat ditentukan*
Presentasi bayi	Kepala/Bokong/Letak Lintang*
Keadaan bayi	Hidup/meninggal*, DJJ: ..... X/m (normal/tidak normal)*
Lokasi Plasenta	Fundus/corpus/letak rendah/previa*
Jumlah Cairan Ketuban	SDP: ..... cm, cukup/kurang/berlebih*
Biometri bayi	BPD: ..... cm, sesuai: ..... minggu HC: ..... cm, sesuai: ..... minggu AC: ..... cm, sesuai: ..... minggu FL: ..... cm, sesuai: ..... minggu EFW/TBJ: ..... gram, sesuai: ..... minggu
Kecurigaan Temuan Abnormal	Ya/tidak*, Sebutkan .....

- DJJ: Denyut Jantung bayi, SDP: Ujuran, BPD: Biparietal Diameter/jarak tuluang parietal kepala, HC: Head Circumference/lingkar dada, AG: Abdominal Circumference/lingkar perut, PL: Femur Length/panjang tulang paha, EFW: Estimates Fetal Weight, TBU: Taksiran Berat bayi.
- *: Lingkari pilihan yang sesuai.

Lihat edukasi untuk ibu hamil pada masa trimester 3 di halaman 19-20.

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Hasil USG

Pemeriksaan Laboratorium Tanggal ____ / ____ / 20____

Pemeriksaan	Hasil	Rencana Tindak Lanjut
Hemoglobin	g/dL	
Protein Urin	Mg/dL	
Urin Reduksi	Negatif/+ 1/+2/+3/+4	

Skrining Kesehatan Jiwa

Tanggal ___ / ___ / 20 ___

Skrining Kesehatan Jiwa	Ya	Tidak
Tindak Lanjut Hasil Skrining Kesehatan Jiwa	Edukasi	Konseling
Perlu Rujukan	Ya	Tidak

Lingkari jawaban yang sesuai.

Rencana Konsultasi Lanjut

Gizi	Kebidanan	Anak	Penyakit Dalam	Neurologi	THT	Psikiatri	Lain-lain

Rencana Proses Melahirkan

Normal	Pervaginam berbantu	Sectio caesaria

Pilihan Rencana Kontrasepsi

AKDR	Pil	Suntik	Steril
MAL	Implan	Belum memilih	

Konseling

Kebutuhan konseling	Ya	Tidak

Penjelasan _____

Kesimpulan: Rekomendasi Tempat Proses Melahirkan: FKTP/FKRTL (coret salah satu).
Proses melahirkan dapat dilakukan di FKTP atau rujuk ke FKRTL.

BPD Biparietal Diameter
HC Head Circumferential
MAL Metode Amenore Laktasi
AC Abdominal Circumferential
FL Femur Length
SDP Cairan Ketuban Single Deepest Pocket Cairan Ketuban

Lihat edukasi untuk ibu hamil pada masa trimester 3 di halaman 19-20.

KIA 2024 Book 2.17.11 55

11/22/24 23:48

Catatan Pelayanan Kesehatan Ibu Trimester 3

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Grafik Evaluasi Kehamilan

Pemeriksa

Tanggal/ Bulan/ Tahun

45cm 40cm 35cm 30cm 25cm 20cm 15cm 10cm 5cm

TFU 0

Mulai ukur TFU

DJJ 170 160 150 140 130 120 110

X 100 90 80 70 60 50 40 30

Usia Gestasi 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42

Sistole

Diastole

Tekanan Darah 180 170 160 150 140 130 120 110 100 90 80 70 60

Nadi

Gerakan Bayi	
Urin Protein	
Urin Reduksi	
Hemoglobin	
Tab Tambah Darah	
Kalsium	
Aspirin	

DJJ Denyut Jantung bayi
TFU Tinggi Fundus Uteri

Lihat edukasi untuk ibu hamil di halaman 4-20.

KIA 2024 Book 2.17.11 56

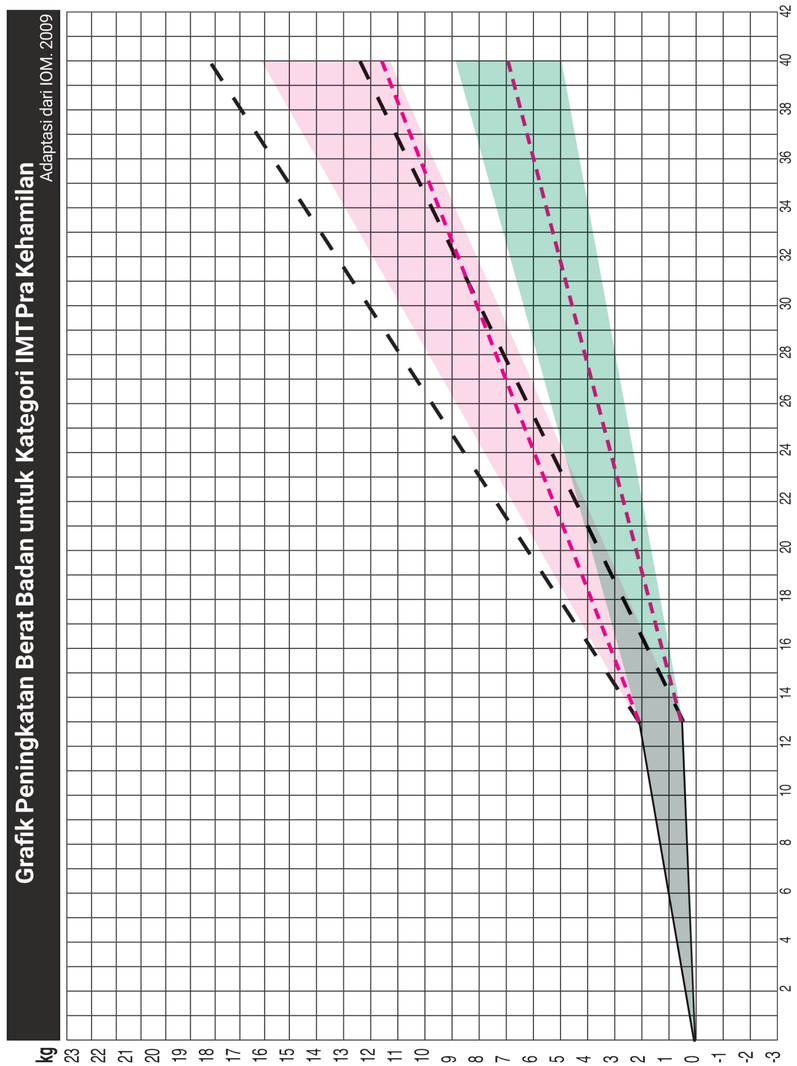
11/22/24 23:48

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Grafik Peningkatan Berat Badan

Grafik Peningkatan Berat Badan untuk Kategori IMT Pra Kehamilan

Adaptasi dari IOM. 2009



Tanda	BB Pra-kehamilan	IMT Pra-kehamilan	Rekomendasi Peningkatan Berat Badan
		<18,5	12,5 - 18 kg
		18,5 - 24,9	11,5 - 16 kg
		25 - 29,9	7 - 11,5 kg
		> 30	5 - 9 kg

Lihat edukasi untuk ibu hamil di halaman 4-20.

Penjelasan Hasil Grafik

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

KIA 2024 Book 2.17.11 57 11/22/24 23:48

Menyambut Proses Melahirkan

Agar aman dan selamat.

Diisi oleh Ibu

Saya _____

Alamat _____

Memberikan kepercayaan kepada nama-nama ini untuk membantu proses melahirkan saya agar aman dan selamat, yang diperkirakan pada, Bulan: _____ Tahun: _____

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Fasyankes proses melahirkan:

1. Bidan/dokter _____ Nama Fasyankes _____
2. Bidan/dokter _____ Nama Fasyankes _____

Untuk dana proses melahirkan akan menggunakan JKN/Jamkesda/asuransi swasta/biaya sendiri/lainnya _____

Untuk kendaraan/ambulan desa oleh:

1. _____ HP _____
2. _____ HP _____
3. _____ HP _____

Metode kontrasepsi setelah melahirkan yang dipilih:

Untuk sumbangan darah (golongan darah) _____ Rhesus _____ Dibantu oleh:

1. _____ HP _____
2. _____ HP _____
3. _____ HP _____
4. _____ HP _____

_____ Tanggal _____ 20 ____

Persetujuan Suami/ Orang Tua/Keluarga	Persetujuan Ibu Hamil	Bidan/Dokter
(_____)	(_____)	(_____)

Lihat edukasi untuk ibu melahirkan di halaman 21-25.

Ringkasan Pelayanan Proses Melahirkan

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Ibu Bersalin dan Ibu Nifas

Tanggal Melahirkan	_____	Pukul _____
Umur Kehamilan	_____	minggu
Penolong Proses Melahirkan	SpOG/Dokter umum/Bidan	_____
Cara Melahirkan	Normal/Tindakan	_____
Keadaan Ibu	Sehat/Sakit (Pendarahan/Demam/Kejang/Lokhia berbau/ lain-lain (_____)/Meninggal*	
KB Pasca Melahirkan	_____	
Keterangan Tambahan	_____	

Bayi Saat Lahir

Anak ke	_____	
Berat Lahir	_____	gram
Panjang Badan	_____	cm
Lingkar Kepala	_____	cm
Jenis Kelamin	Laki-laki/Perempuan/Tidak bisa ditentukan*	

Kondisi Bayi Saat Lahir**

- ☐ Segera menangis
- ☐ Menangis beberapa saat
- ☐ Tidak menangis
- ☐ Seluruh tubuh kemerahan
- ☐ Anggota gerak kebiruan
- ☐ Seluruh tubuh biru
- ☐ Kelainan bawaan _____
- ☐ Meninggal

Asuhan Bayi Baru Lahir**

- ☐ Inisiasi menyusu dini (IMD) dalam 1 jam pertama kelahiran bayi
- ☐ Suntikan Vitamin K1
- ☐ Salep mata Antibiotika Profilaksis
- ☐ Imunisasi HB0

Keterangan Tambahan _____

Lihat edukasi untuk ibu melahirkan di halaman 21-25.

KIA 2024 Book 2.17.11 58 11/22/24 23:48

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

KETERANGAN LAHIR

No. _____

Yang bertandatangan di bawah ini, menerangkan bahwa;

Pada hari ini _____ Tanggal _____ Pukul _____

Telah lahir seorang bayi:

Jenis Kelamin Laki-laki/Perempuan

Jenis Kelahiran Tunggal/Kembar 2/Kembar 3/Lainnya _____

Anak ke- _____ Usia gestasi _____

Berat Lahir _____ g Panjang Badan _____ cm Lingkar Kepala _____ cm

Di Rumah Sakit/Puskesmas/Rumah Bersalin/Praktik Mandiri Bidan/di

_____

Alamat _____

Diberi Nama

_____

Dari Orang Tua;

Nama Ibu _____ Umur _____ tahun

NIK _____

Nama Ayah _____

NIK _____

Pekerjaan _____

Alamat _____ RW/RW _____

Kecamatan _____ Kab./Kota _____

_____ Tanggal _____ 20 _____

Saksi I	Saksi II	Penolong Kelahiran
(_____)	(_____)	(_____)

Mengesahkan

Fasilitas Kesehatan

_____

(_____)

GUNTING DI SINI

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

KETERANGAN LAHIR

No. _____

Yang bertandatangan di bawah ini, menerangkan bahwa;

Pada hari ini _____ Tanggal _____ Pukul _____

Telah lahir seorang bayi:

Jenis Kelamin Laki-laki/Perempuan

Jenis Kelahiran Tunggal/Kembar 2/Kembar 3/Lainnya _____

Anak ke- _____ Usia gestasi _____

Berat Lahir _____ g Panjang Badan _____ cm Lingkar Kepala _____ cm

Di Rumah Sakit/Puskesmas/Rumah Bersalin/Praktik Mandiri Bidan/di

_____

Alamat _____

Diberi Nama

_____

Dari Orang Tua;

Nama Ibu _____ Umur _____ tahun

NIK _____

Nama Ayah _____

NIK _____

Pekerjaan _____

Alamat _____ RW/RW _____

Kecamatan _____ Kab./Kota _____

_____ Tanggal _____ 20 _____

Saksi I Saksi II Penolong Kelahiran

(_____) (_____) (_____)

GUNTING DI SINI

Riwayat Proses Melahirkan

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

G_____ P_____ A_____

Pada Hari _____ Tanggal _____ Pukul _____

Cara Melahirkan	☐ Spontan	☐ Sungsang	
Dengan Tindakan	☐ Ekstraksi Vakum	☐ Ekstraksi Forsep	☐ SC
Penolong Kelahiran	☐ Dokter Spesialis	☐ Dokter	☐ Bidan

Catatan Pemeriksaan	
Taksiran Melahirkan	
Fasyankes	
Rujukan	
Inisiasi Menyusu Dini	

Cap Kaki Bayi

Lihat edukasi untuk ibu melahirkan di halaman 21-25.

KIA 2024 Book 2.17.11 60 11/22/24 23:48

Ringkasan Pelayanan Nifas

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

6 Jam - 42 Hari Setelah Bersalin	KF 1 6 - 48 Jam	KF 2 3 - 7 Hari	KF 3 8 - 28 Hari	KF 4 29 - 42 Hari
Tanggal dan Tempat				
Tanggal Periksa				
Tempat Periksa				
Catatan Pemeriksaan				
Periksa Payudara (ASI)				
Periksa Pendarahan				
Periksa Jalan Lahir				
Vitamin A				
KB Pasca Melahirkan				
Skrining Kesehatan Jiwa				
Konseling				
Tata Laksana Kasus				

Kesimpulan Akhir Nifas

Keadaan Ibu*
- ☐ Sehat
- ☐ Sakit
- ☐ Meninggal

Keadaan Bayi*
- ☐ Sehat
- ☐ Sakit
- ☐ Kelainan Bawaan
- ☐ Meninggal

Masalah Nifas*
- ☐ Pendarahan
- ☐ Infeksi
- ☐ Hipertensi
- ☐ Lainnya, _____

Pastikan bayi mendapat pelayanan kesehatan neonatal (KN) dan catat hasil permeriksaan pada lembar anak.

Kesimpulan _____

* Beri tanda ✔ (centang) pada kolom yang sesuai

Lihat edukasi untuk ibu setelah melahirkan di halaman 26-33.

Perawatan Ibu Nifas

Perawatan ibu nifas mulai 6 jam sampai 42 hari pasca bersalin oleh tenaga kesehatan paling sedikit 4 kali kunjungan nifas.

- **Pertama** — 6 jam - 2 hari setelah melahirkan
- **Kedua** — 3 - 7 hari setelah melahirkan
- **Ketiga** — 8 - 28 hari setelah melahirkan
- **Keempat** — 29 - 42 hari setelah melahirkan

Pelayanan Kesehatan Ibu Nifas

- Menanyakan kondisi ibu nifas secara umum
- Pengukuran tekanan darah, suhu tubuh, pernapasan, dan nadi
- Pemeriksaan lokhia dan perdarahan
- Pemeriksaan kondisi jalan lahir dan tanda infeksi
- Pemeriksaan kontraksi rahim dan tinggi fundus uteri
- Pemeriksaan payudara dan anjuran pemberian ASI Eksklusif
- Pemberian kapsul vitamin A (2 kapsul)
- Pelayanan kontrasepsi pasca proses melahirkan
- Skrining Kesehatan Jiwa
- Konseling
- Tatalaksana pada ibu nifas sakit atau ibu nifas dengan masalah.
- Memberikan nasihat yaitu:

1. Makan makanan yang beraneka ragam yang mengandung karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur, dan buah-buahan. Sesuai proporsional sesuai hal. 32
2. Kebutuhan air minum pada ibu menyusui pada 6 bulan pertama adalah 14 gelas sehari dan pada 6 bulan kedua adalah 12 gelas sehari
3. Menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan daerah kemaluan, ganti pembalut sesering mungkin.
4. Istirahat cukup, saat bayi tidur ibu istirahat
5. Melakukan aktivitas fisik pasca melahirkan dengan intensitas ringan sampai sedang selama 30 menit, frekuensi 3 - 5 kali dalam seminggu
6. Bagi ibu yang melahirkan dengan cara operasi caesar maka harus menjaga kebersihan luka bekas operasi. Latihan fisik dapat dilakukan setelah 3 (tiga) bulan pasca melahirkan.
7. Cara menyusui yang benar dan hanya memberi ASI saja selama 6 bulan.
8. Perawatan bayi yang benar.
9. Jangan membiarkan bayi menangis terlalu lama, karena akan membuat bayi stres.
10. Lakukan stimulasi komunikasi dengan bayi sedini mungkin bersama suami dan keluarga
11. Untuk berkonsultasi kepada tenaga kesehatan untuk pelayanan KB setelah proses melahirkan.

Lihat edukasi untuk ibu setelah melahirkan di halaman 26-33.

KIA 2024 Book 2.17.11 61 11/22/24 23:48

Rujukan

Diisi oleh Dokter

Rujukan

Resume hasil pemeriksaan dan tatalaksana yang telah dilakukan di FKTP, diagnosis akhir alasan dan alasan dirujuk ke FKRTL:

Rujukan Balik

Tgl/Bln/Th

Diagnosis Akhir

Resume (hasil pemeriksaan dan tatalaksana di FKRTL):

Anjuran

Rekomendasi tempat proses melahirkan: FKTP/FKRTL (coret salah satu)

Rujukan

Resume hasil pemeriksaan dan tatalaksana yang telah dilakukan di FKTP, diagnosis akhir alasan dan alasan dirujuk ke FKRTL:

Rujukan Balik

Tgl/Bln/Th

Diagnosis Akhir

Resume (hasil pemeriksaan dan tatalaksana di FKRTL):

Anjuran

Rekomendasi tempat proses melahirkan: FKTP/FKRTL (coret salah satu)

Catatan Pelayanan Kesehatan Nifas

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

KIA 2024 Book 2.17.11 62 11/22/24 23:48

Catatan Pelayanan Kesehatan Anak

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Pencatatan Pelayanan Kesehatan Anak yang Sudah Diterima

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Bayi 0 - 28 Hari	0 - 6 Jam	6 - 48 Jam	3 - 7 Hari	8 - 28 Hari
	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
Perawatan Tali pusat				
IMD				
Vitamin K1				
Imunisasi Hepatitis B				
Salep/Tetes Mata Antibiotik				
Skrining BBL/SHK				
KIA				
Tripel Eliminasi				

Bayi 0 - 1 Tahun	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
BB								
PB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Imunisasi								
Vit. A								
Tripel Eliminasi								

Anak 1 - 2 Tahun	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
BB								
PB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Imunisasi								
Vit. A, Obat Cacing								
Tripel Eliminasi								

Anak 2 - 3 Tahun	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Vit. A, Obat Cacing								

Anak 3 - 4 Tahun	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Vit. A, Obat Cacing								

Anak 4 - 5 Tahun	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Vit. A, Obat Cacing								

Anak 5 - 6 Tahun	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:	Tgl/Bln:
	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:	Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Obat Cacing								

Lihat edukasi untuk bayi/anak di halaman 39-84.

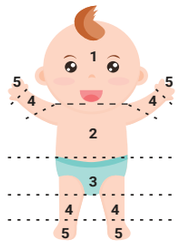
KIA 2024 Book 2.17.11 63 11/22/24 23:48

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Pelayanan Kesehatan Bayi Umur 0 - 28 Hari (Neonatus)

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Pelayanan kesehatan neonatus menggunakan pendekatan MTBS algoritma bayi muda umur < 2 bulan.

0 - 6 jam	6 - 48 jam KN1	3 - 7 hari KN2	8 - 28 hari KN3
Kondisi ---------- ---------- ---------- BB ---------- g PB ---------- cm LK ---------- cm **Inisiasi Menyusu** ☐ Dini (IMD) ☐ Vit K1 ☐ Salep/Tetes Mata ☐ Imunisasi HB Tgl/Bln/Th ---------- Jam ---------- No. Batch ----------	BB ---------- g PB ---------- cm LK ---------- cm ☐ Menyusu ☐ Tali Pusat ☐ Vit K1* ☐ Salep/Tetes Mata* ☐ Imunisasi HB* ☐ Skrining Hipotiroid Kongenital (dilakukan setelah 24 jam) ☐ Skrining Penyakit jantung bawaan kritis 24-48 jam. Hasil ---------- Tgl/Bln/Th ---------- Jam ---------- No. Batch ----------	☐ Menyusu ☐ Tali Pusat ☐ Tanda Bahaya ☐ Identifikasi Kuning ☐ Imunisasi HB* ☐ Skrining Hipotiroid Kongenital (bila belum diberikan) Tgl/Bln/Th ---------- Jam ---------- No. Batch ----------	☐ Menyusu ☐ Tali Pusat ☐ Tanda Bahaya ☐ Identifikasi Kuning ☐ Skrining Hipotiroid Kongenital s.d usia 14 hari (bila belum diberikan)  Berikan tanda pada bagian tubuh mana bayi tampak kuning dengan melingkari angka.
Tripel Eliminasi H ---------- S ---------- Hep B ----------	Tripel Eliminasi H ---------- S ---------- Hep B ----------	Tripel Eliminasi H ---------- S ---------- Hep B ----------	Tripel Eliminasi H ---------- S ---------- Hep B ----------
Masalah ---------- ---------- ----------	Masalah ---------- ---------- ----------	Masalah ---------- ---------- ----------	Masalah ---------- ---------- ----------
Dirujuk ke** ---------- ----------	Dirujuk ke** ---------- ----------	Dirujuk ke** ---------- ----------	Dirujuk ke** ---------- ----------
Nama Tenaga Kesehatan ---------- ---------- ----------	Nama Tenaga Kesehatan ---------- ---------- ----------	Nama Tenaga Kesehatan ---------- ---------- ----------	Nama Tenaga Kesehatan ---------- ---------- ----------

* Beri tanda – (strip) jika tidak ada masalah/tidak dirujuk.

Catatan Penting

Nama Tenaga Kesehatan

Lihat edukasi untuk bayi baru lahir di halaman 39-48.

Pelayanan Gizi (PMBA, Vit A) & Obat Cacing

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Nasihat		Bulan									
		0	1	2	3	4	5	6 - 8	9 - 11	12 - 23	23 - 59
ASI	Frekuensi menyusui										
	Posisi Menyusu (Pelekatan)										
	Asi Perah										
MPASI	Ya										
	Tidak										
Variasi MPASI	Beras/Makanan Pokok										
	Lauk/Protein										
	Minyak										
	Sayur										
	Buah										
	Lainnya										
Tekstur MPASI	Disaring										
	Dihaluskan										
	Dicincang										
	Makanan Rumah										
Jumlah setiap kali makan (di atas 6 bulan)	2 - 3 sdm (1/2 mangkok ukuran 250 ml)										
	1/2 - 3/4 mangkok (ukuran 250 ml)										
	3/4 - 1 mangkok (ukuran 250 ml)										
	1 mangkok (ukuran 250 ml)										
Frekuensi Makan	Makanan Utama (3x/hari)										
	Makanan Selingan (2x/hari)										

Vitamin A dan Obat Cacing		Bulan	Tahun				
		6 - 11	1 - 2	2 - 3	3 - 4	4 - 5	5 - 6
VIT A KAPSUL BIRU (100.000 IU)	Februari/ Agustus						
VIT A KAPSUL MERAH (200.000 IU)	Februari						
	Agustus						
Obat Cacing							

Lihat edukasi untuk bayi/anak di halaman 39-84.

KIA 2024 Book 2.17.11 64 11/22/24 23:48

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN

Imunisasi Dasar Bayi dan Baduta

18 Bulan

IMUNISASI
- DPT-HB-HIB 4
- Campak Rubela 2

MENCEGAH
- Difteri
- Pertusis
- Tetanus
- Hepatitis B dan Kanker Hati
- Meningitis (Radang Selaput Otak)
- Pneumonia (Radang Paru)
- Campak Rubela

12 Bulan

IMUNISASI
- PCV 3

MENCEGAH
- Pneumonia

10 Bulan

IMUNISASI
- JE **

MENCEGAH
- Japanese Encephalitis (hanya untuk daerah endemis)

9 Bulan

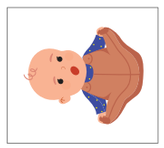
IMUNISASI
- Campak Rubela 1
- IPV 2 ***

MENCEGAH
- Campak Rubela
- Polio

4 Bulan

IMUNISASI
- DPT-HB-HIB 3
- OPV 4
- IPV 1
- RV 3 *

MENCEGAH
- Difteri
- Pertusis
- Tetanus
- Hepatitis B dan Kanker Hati
- Polio
- Meningitis (Radang Selaput Otak)
- Pneumonia (Radang Paru)
- Diare



3 Bulan

IMUNISASI
- DPT-HB-HIB 2
- OPV 3
- PCV 2
- RV 2 *

MENCEGAH
- Difteri
- Pertusis
- Tetanus
- Hepatitis B dan Kanker Hati
- Polio
- Meningitis (Radang Selaput Otak)
- Pneumonia (Radang Paru)
- Diare

2 Bulan

IMUNISASI
- DPT-HB-HIB 1
- OPV 2
- PCV 1
- RV 1 *

MENCEGAH
- Difteri
- Pertusis
- Tetanus
- Hepatitis B dan Kanker Hati
- Polio
- Meningitis (Radang Selaput Otak)
- Pneumonia (Radang Paru)
- Diare

1 Bulan

IMUNISASI
- BCG
- OPV 1

MENCEGAH
- Tuber-kulosis
- Polio

0 - 24 Jam

IMUNISASI
- HB0

MENCEGAH
- Hepatitis B dan Kanker Hati

* Akar dimulai di akhir tahun 2022 di wilayah introduksi, imunisasi RV harus dilengkap sebelum usia 8 bulan.
** Di wilayah endemis.
*** Akan dimulai di akhir tahun 2022 di wilayah introduksi.

Lihat edukasi untuk bayi/anak di halaman 39-84.

Cek kaderpintar.com untuk edukasi tentang imunisasi.

Pelayanan Imunisasi

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Umur	Bulan														
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18	23	23 - 59
Jenis Vaksin	Tanggal Pemberian dan Paraf Petugas															
Hepatitis B (<24 Jam) No Batch:																
BCG No Batch:																
Polio tetes 1 No Batch:																
DPT-HB-Hib 1 No Batch:																
Polio Tetes 2 No Batch:																
Rotavirus (RV)1* No Batch:																
PCV 1 No Batch:																
DPT-HB-Hib 2 No Batch:																
Polio Tetes 3 No Batch:																
Rotavirus (RV)2 * No Batch:																
PCV2 No Batch:																
DPT-HB-Hib 3 No Batch:																
Polio Tetes 4 No Batch:																
Polio Suntik (IPV) 1 No Batch:																
Rotavirus (RV) 3* No Batch:																
Campak -Rubella (MR) No Batch:																
Polio Suntik (IPV) 2* No Batch:																
*Japanese Encephalitis (JE) No Batch:																
PCV3 No Batch:																
DPT-HB-Hib Lanjutan No Batch:																
Campak Rubella (MR) Lanjutan No Batch:																

* imunisasi JE baru diberikan di beberapa provinsi dan kabupaten/kota percontohan

- Usia Tepat Pemberian Imunisasi
- Usia yang masih diperbolehkan untuk melengkapi Imunisasi Bayi dan Baduta (Bawah Dua Tahun)
- Usia Pemberian Imunisasi bayi dan baduta yang belum lengkap (Imunisasi Kejar)
- Usia yang tidak diperbolehkan untuk pemberian Imunisasi

KIA 2024 Book 2.17.11 65 11/22/24 23:48

Catatan Kesehatan Gigi

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Nama ---------- Umur ----------

Pemeriksaan		Jumlah Gigi		Plak		Risiko Gigi Berlubang		
Bulan	Tanggal	Ada	Berlubang	Bersih	Kotor	Tinggi	Sedang	Rendah

KIA 2024 Book 2.17.11 66 11/22/24 23:48

Lembar Pencatatan LiLA

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Hasil Pengukuran LiLA Usia - < 6 Bulan		
Usia Bulan	**Berisiko Hambatan Pertumbuhan** <11,0 cm	**Pertumbuhan Baik** ≥ 11,0 cm
1		
2		
3		
4		
5		

Tulis hasil pengukuran LiLA atau berikan tanda x pada kotak yang sesuai.

Hasil Pengukuran LiLA Usia >= 6 Bulan							
Usia Bulan	**Gizi Buruk** <11,5 cm	**Gizi Kurang** 11,5 - 12,4 cm	**Gizi Baik** ≥ 12,5 cm	**Usia Bulan**	**Gizi Buruk** <11,5 cm	**Gizi Kurang** 11,5 - 12,4 cm	**Gizi Baik** ≥ 12,5 cm
6				34			
7				35			
8				36			
9				37			
10				38			
11				39			
12				40			
13				41			
14				42			
15				43			
16				44			
17				45			
18				46			
19				47			
20				48			
21				49			
23				50			
24				51			
25				52			
26				53			
27				54			
28				55			
29				56			
30				57			
31				58			
32				59			
33				60			

Lihat edukasi untuk pengukuran LiLA di halaman 49.

Catatan Pelayanan Kesehatan Anak

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

KIA 2024 Book 2.17.11 67 11/22/24 23:48

Tabel Pertumbuhan Anak 0-2 Tahun

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Umur	LAKI-LAKI				PEREMPUAN			
	Berat Badan (Kg)		Panjang Badan (cm)		Berat Badan (Kg)		Panjang Badan (cm)	
Bulan	Ideal	Aktual	Ideal	Aktual	Ideal	Aktual	Ideal	Aktual
0	2,5 - 3,9		46,1 - 51,8		2,4 - 3,7		45,4 - 51,0	
1	3,4 - 5,1		50,8 - 56,7		3,2 - 4,8		49,8 - 55,6	
2	4,3 - 6,3		54,4 - 60,4		3,9 - 5,8		53,0 - 59,1	
3	5,0 - 7,2		57,3 - 63,5		4,5 - 6,6		55,6 - 61,9	
4	5,6 - 7,8		59,7 - 66,0		5,0 - 7,3		57,8 - 64,3	
5	6,0 - 8,4		61,7 - 68,0		5,4 - 7,8		59,6 - 66,2	
6	6,4 - 8,8		63,3 - 69,8		5,7 - 8,2		61,2 - 68,0	
7	6,7 - 9,2		64,8 - 71,3		6,0 - 8,6		62,7 - 69,6	
8	6,9 - 9,6		66,2 - 72,8		6,3 - 9,0		64,0 - 71,1	
9	7,1 - 9,9		67,5 - 74,2		6,5 - 9,3		65,3 - 72,6	
10	7,4 - 10,2		68,7 - 75,6		6,7 - 9,6		66,5 - 73,9	
11	7,6 - 10,5		69,9 - 76,9		6,9 - 9,9		67,7 - 75,3	
12	7,7 - 10,8		71,0 - 78,1		7,0 - 10,1		68,9 - 76,6	
13	7,9 - 11,0		72,1 - 79,3		7,2 - 10,4		70,0 - 77,8	
14	8,1 - 11,3		73,1 - 80,5		7,4 - 10,6		71,0 - 79,1	
15	8,3 - 11,5		74,1 - 81,7		7,6 - 10,9		72,0 - 80,2	
16	8,4 - 11,7		75,0 - 82,8		7,7 - 11,1		73,0 - 81,4	
17	8,6 - 12,0		76,0 - 83,9		7,9 - 11,4		74,0 - 82,5	
18	8,8 - 12,2		76,9 - 85,0		8,1 - 11,6		74,9 - 83,6	
19	8,9 - 12,5		77,7 - 86,0		8,2 - 11,8		75,8 - 84,7	
20	9,1 - 12,7		78,6 - 87,0		8,4 - 12,1		76,7 - 85,7	
21	9,2 - 12,9		79,4 - 88,0		8,6 - 12,3		77,5 - 86,7	
22	9,4 - 13,2		80,2 - 89,0		8,7 - 12,5		78,4 - 87,7	
23	9,5 - 13,4		81,0 - 89,9		8,9 - 12,8		79,2 - 88,7	
24	9,7 - 13,6		81,7 - 90,9		9,0 - 13,0		80,0 - 89,6	

Keterangan: Pengukuran panjang badan dilakukan dalam keadaan anak telentang.

KMS LAKI-LAKI

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

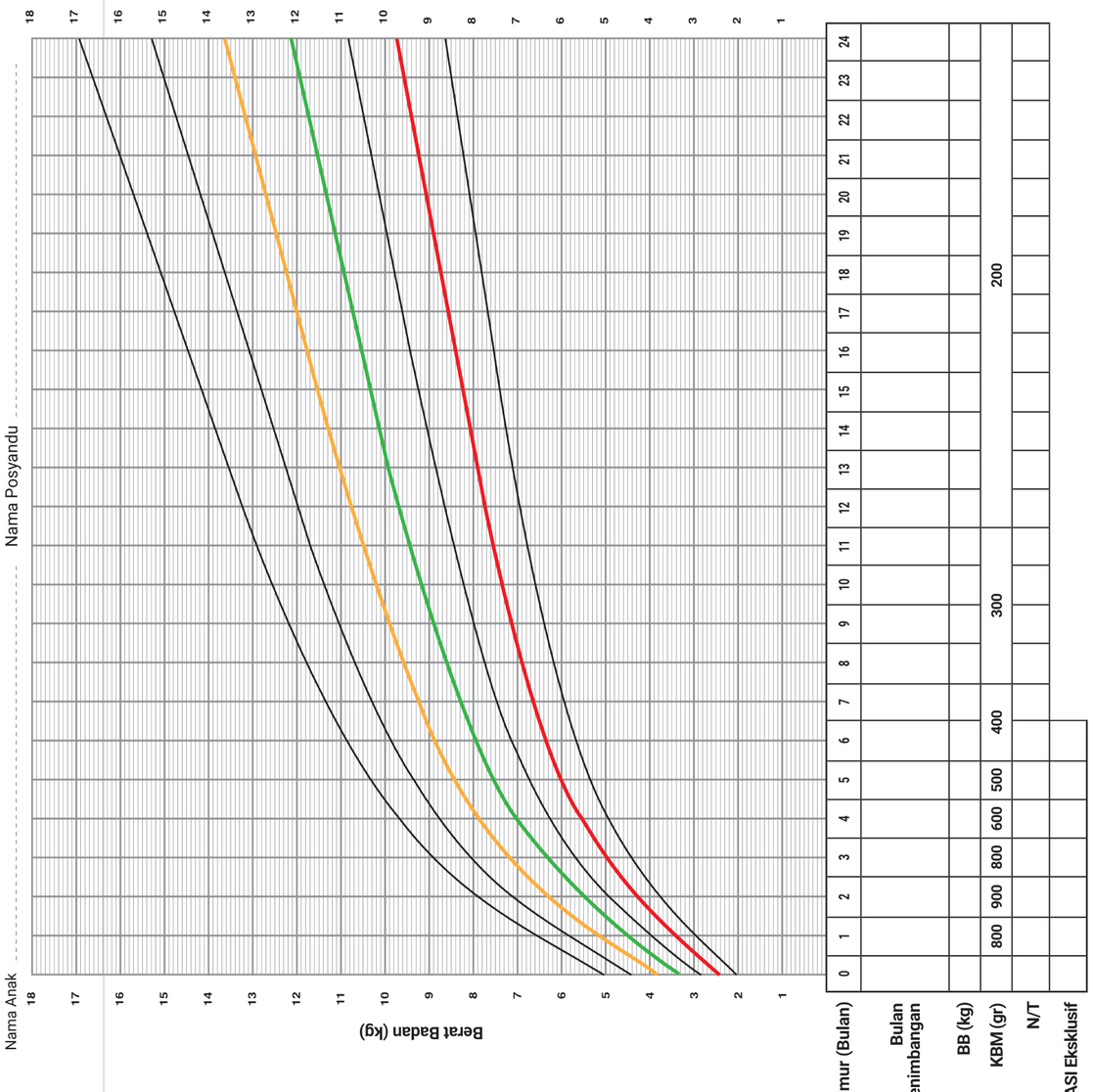
Kartu Menuju Sehat untuk Laki-Laki 0 - 2 Tahun

Timbanglah anak Anda setiap bulan. Anak sehat, tambah umur, tambah berat, tambah pandai.
KBM digunakan bila ada keraguan menginterpretasikan arah kurva pertumbuhan.

Rujuk bila berat badan anak tidak naik (T) atau di bawah garis merah atau di atas garis orange.

Nama Anak

Nama Posyandu



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
Naik (N)	Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan BB paling sedikit) atau lebih
Tidak Naik (T)	Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan di bawahnya atau kenaikan BB kurang dari KBM.

Petugas kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Kader kesehatan melalukan plotting hasil penimbangan, KIE kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan.

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

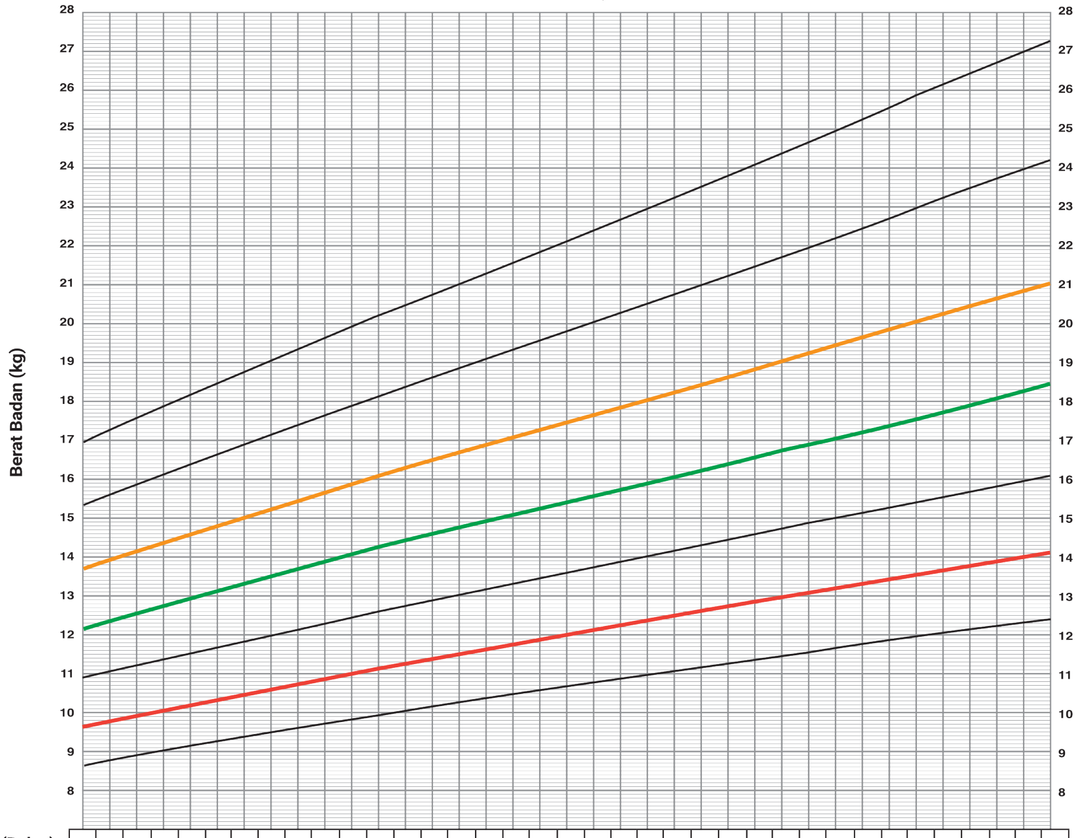
Kartu Menuju Sehat untuk Laki-Laki 2 - 5 Tahun

KMS KARTU MENUJU SEHAT LAKI-LAKI

Timbanglah anak Anda setiap bulan. Anak sehat, tambah umur, tambah berat, tambah pandai.
KBM digunakan bila ada keraguan menginterpretasikan arah kurva pertumbuhan.

Rujuk bila berat badan anak tidak naik (T) atau di bawah garis merah atau di atas garis orange.

Nama Anak _____ Nama Posyandu _____



Umur (Bulan)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Bulan Penimbangan																																					
BB (kg)																																					
KBM (gr)	200																																				
N/T																																					

Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
Naik (N)	Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan BB paling sedikit) atau lebih
Tidak Naik (T)	Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan di bawahnya atau kenaikan BB kurang dari KBM.

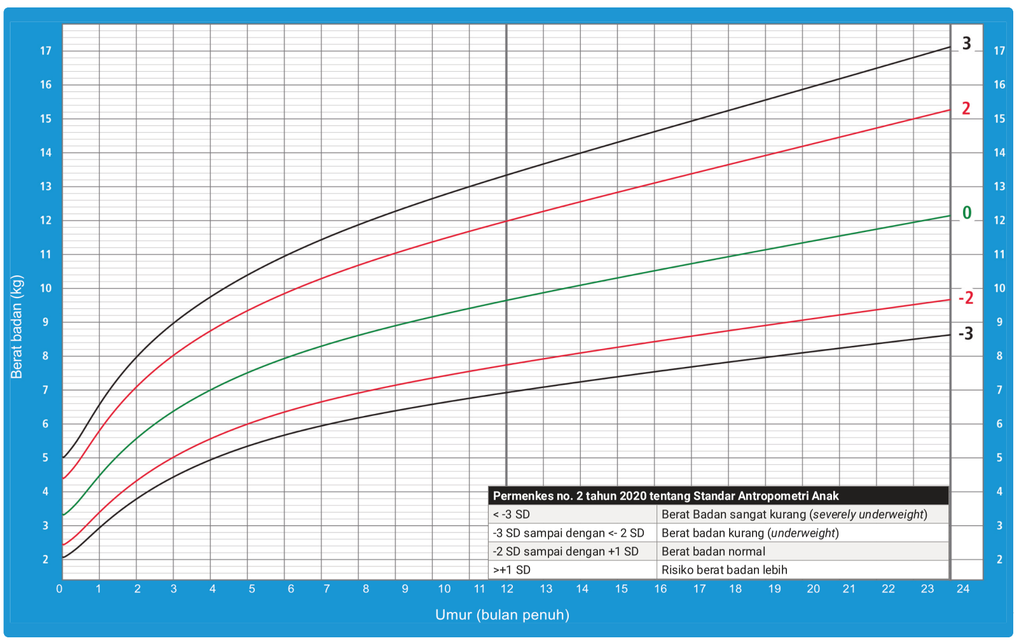
Kader kesehatan melalukan ploting hasil penimbangan, KIE kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan.

Petugas kesehatan memastikan ploting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Laki-Laki 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Berat Badan sangat kurang (*severely underweight*)
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Berat badan kurang (*underweight*)
-2 SD sampai dengan +1 SD	Berat badan normal
>+1 SD	Risiko berat badan lebih

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - LAKI-LAKI

KIA 2024 Book 2.17.11 68

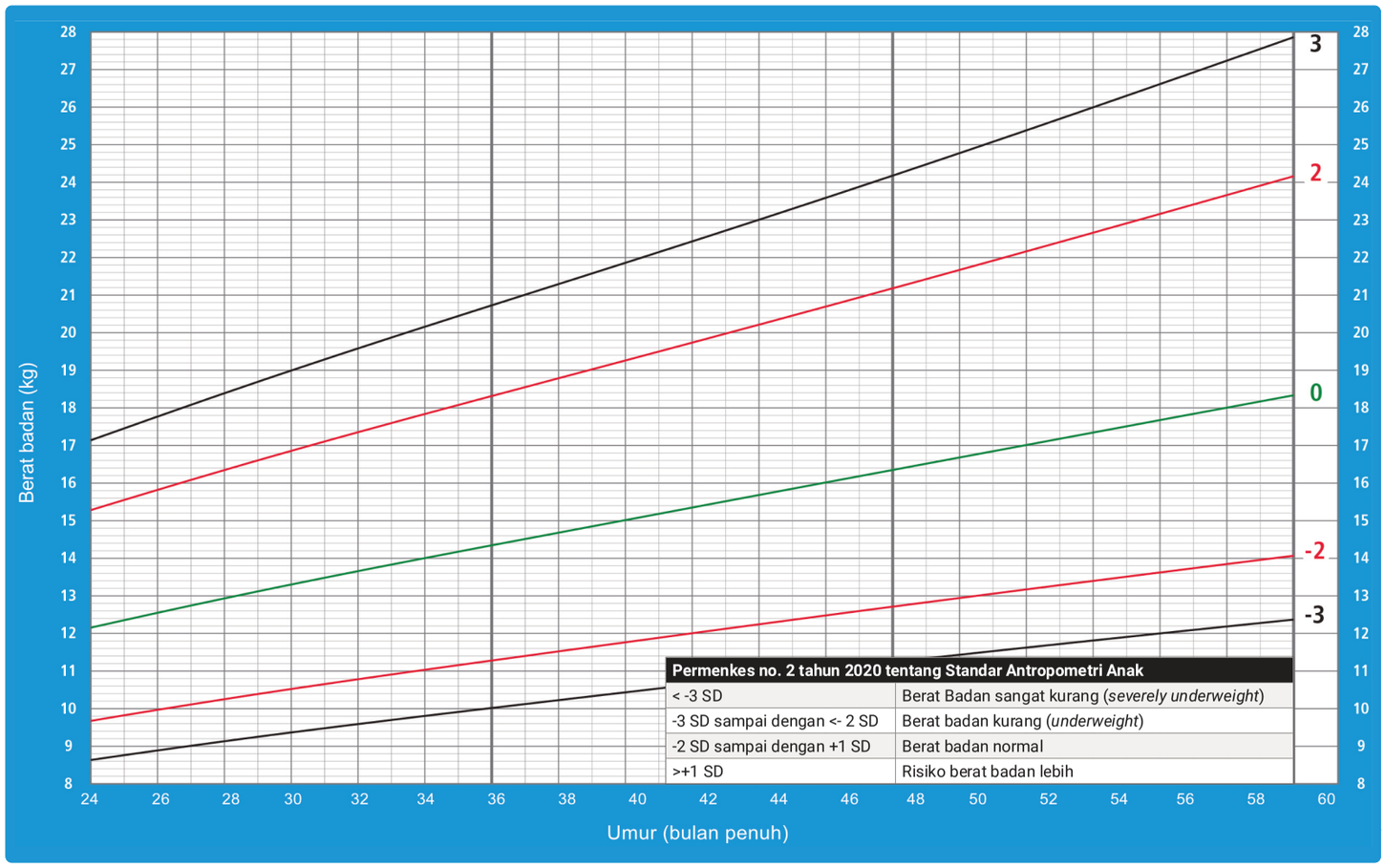
11/22/24 23:48

KIA 2024 Book 2.17.11 69

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Laki-Laki 2 - 5 Tahun

World Health Organization



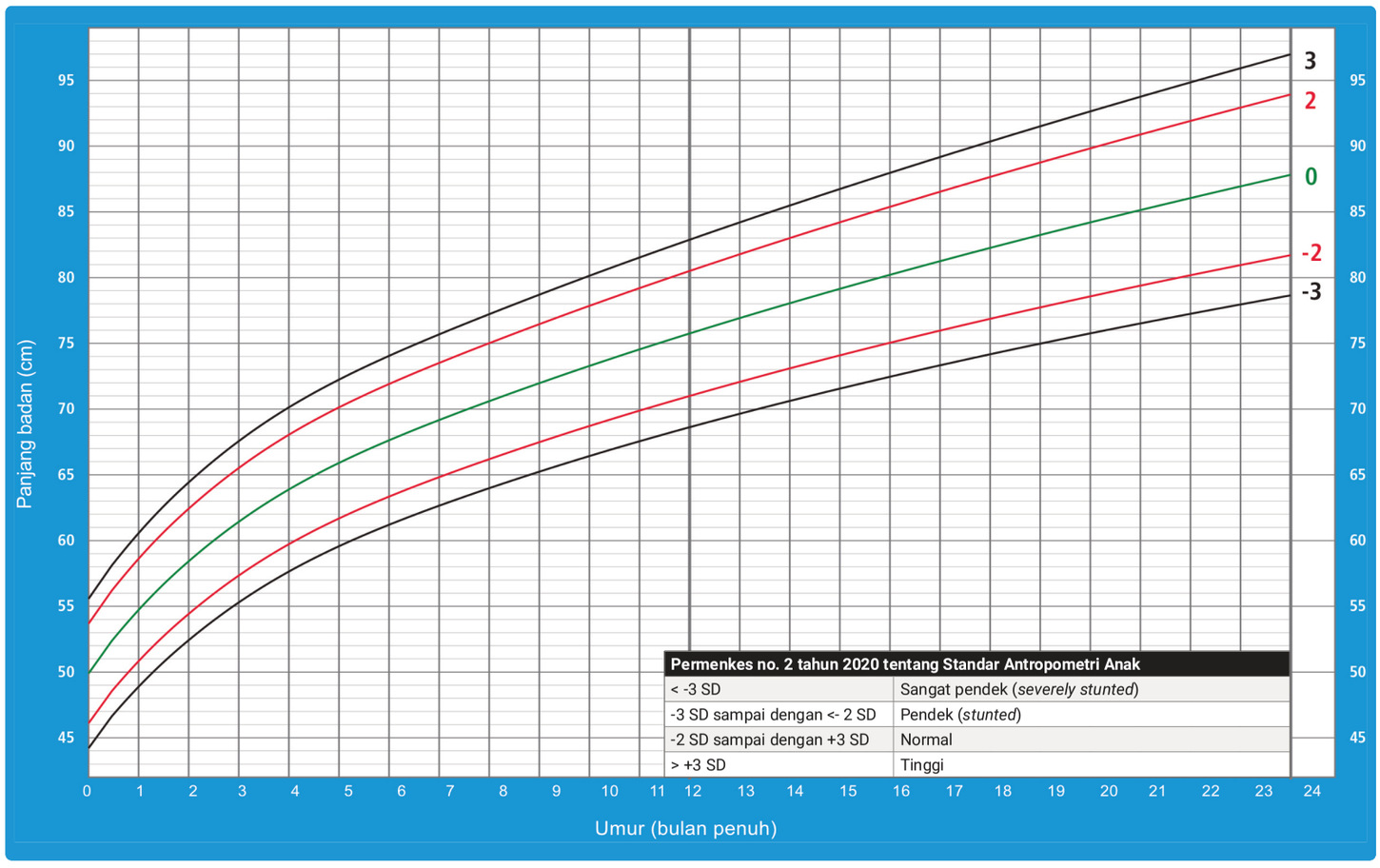
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Panjang Badan Menurut Umur Anak Laki-Laki 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

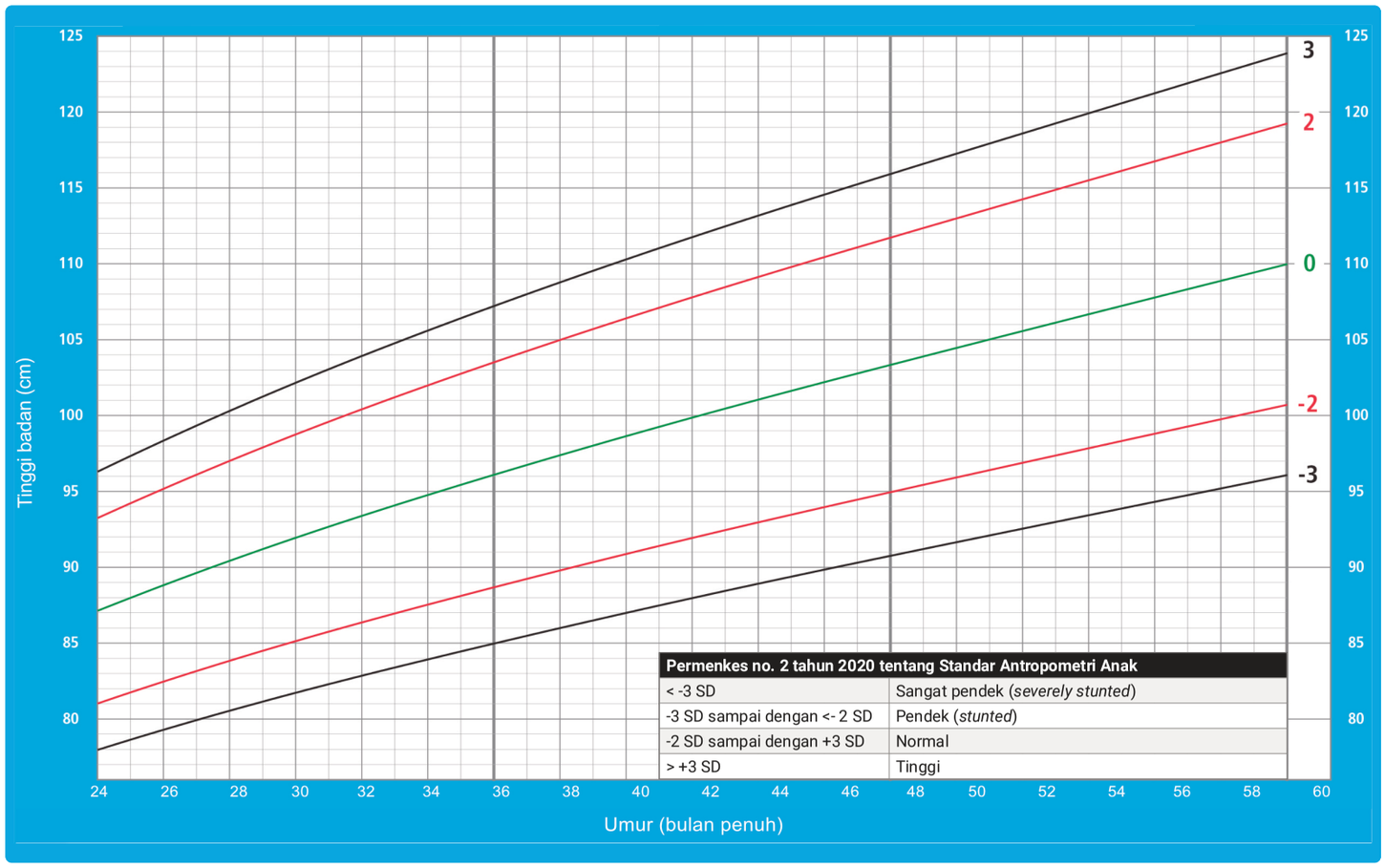
PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - LAKI-LAKI

11/22/24 23:48

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Tinggi Badan Menurut Umur Anak Laki-Laki 2 - 5 Tahun

World Health Organization



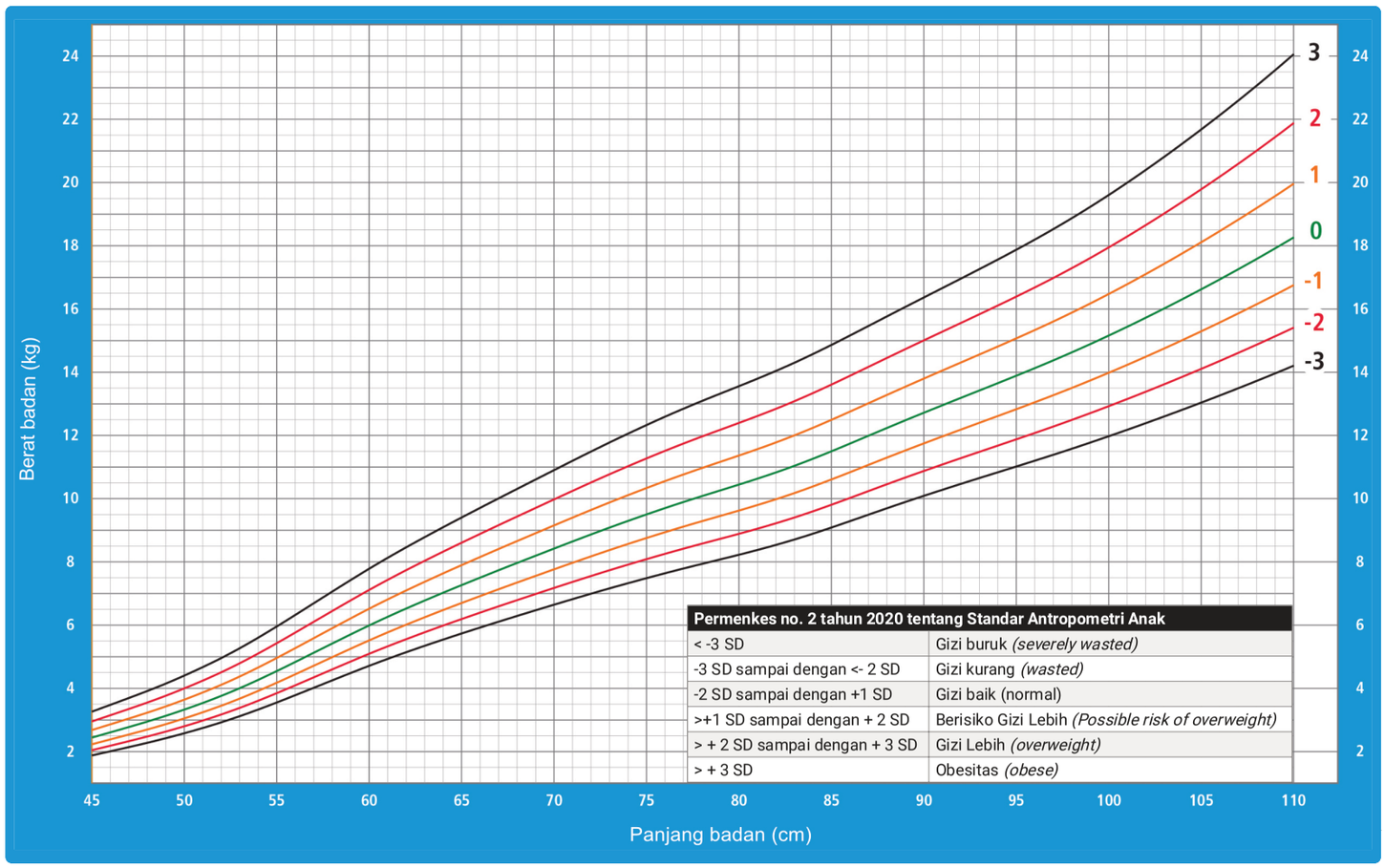
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Panjang Badan Anak Laki-Laki 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

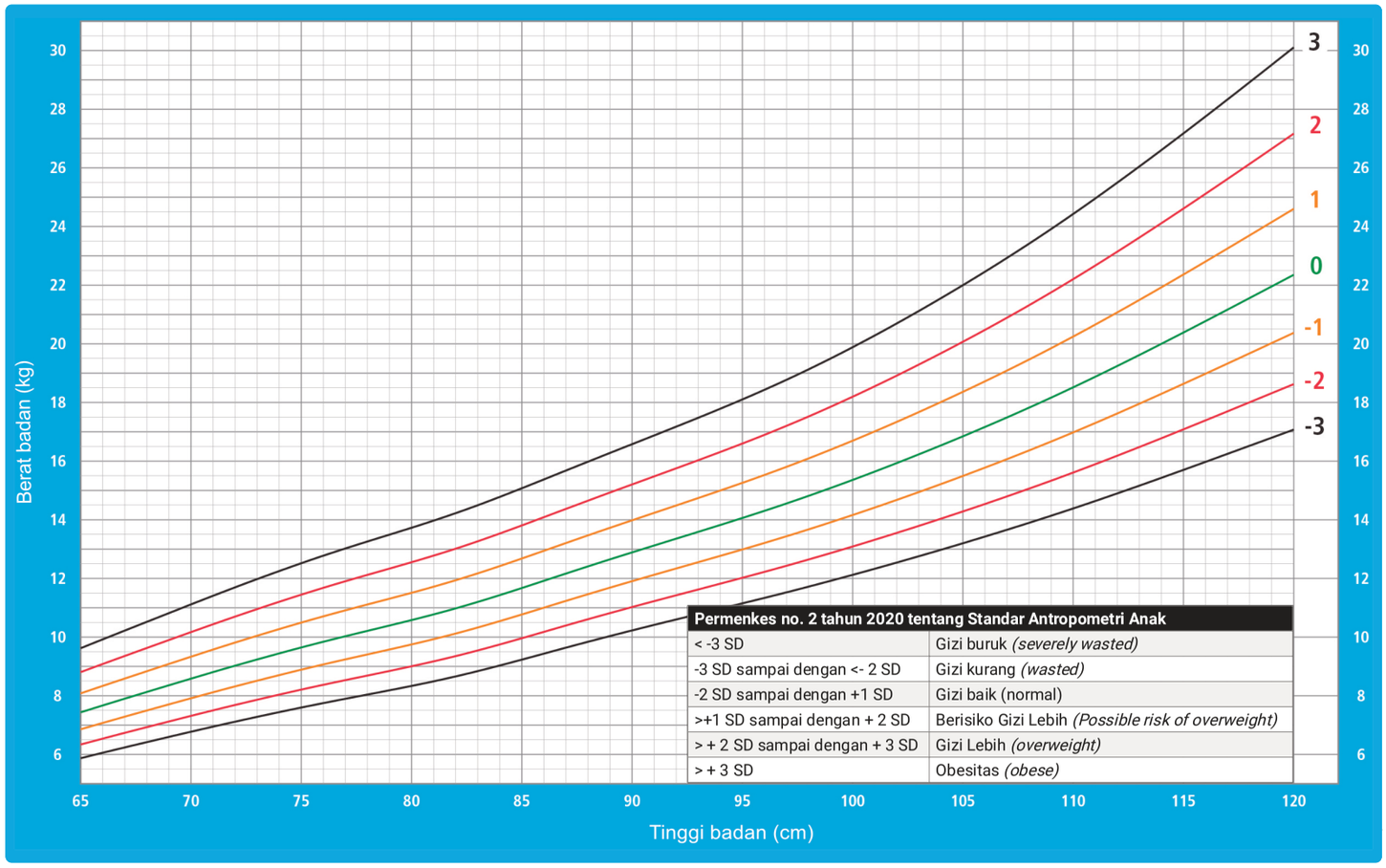
Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

KIA 2024 Book 2.17.11 71

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Tinggi Badan Anak Laki-Laki 2 - 5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

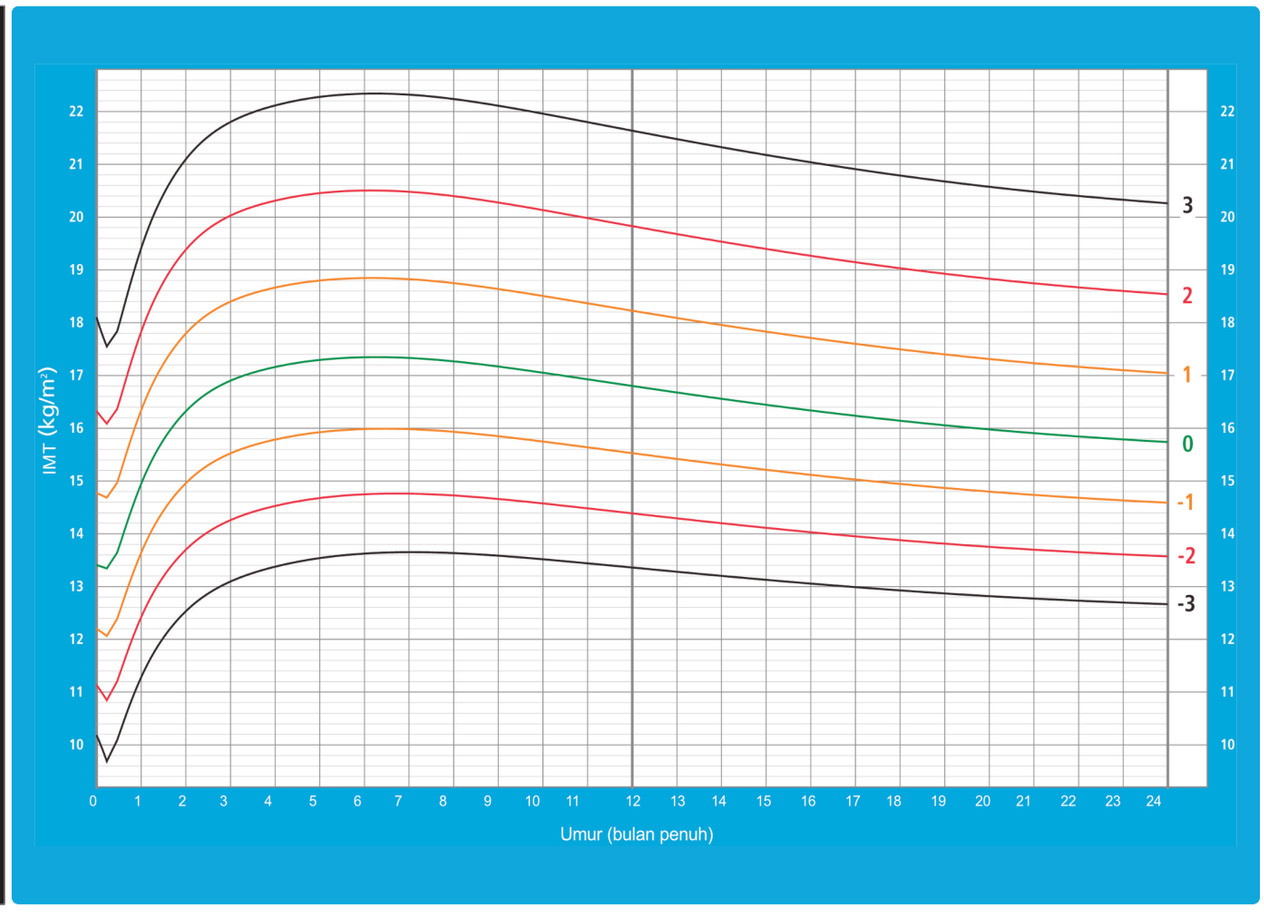
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Anak Laki-Laki 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

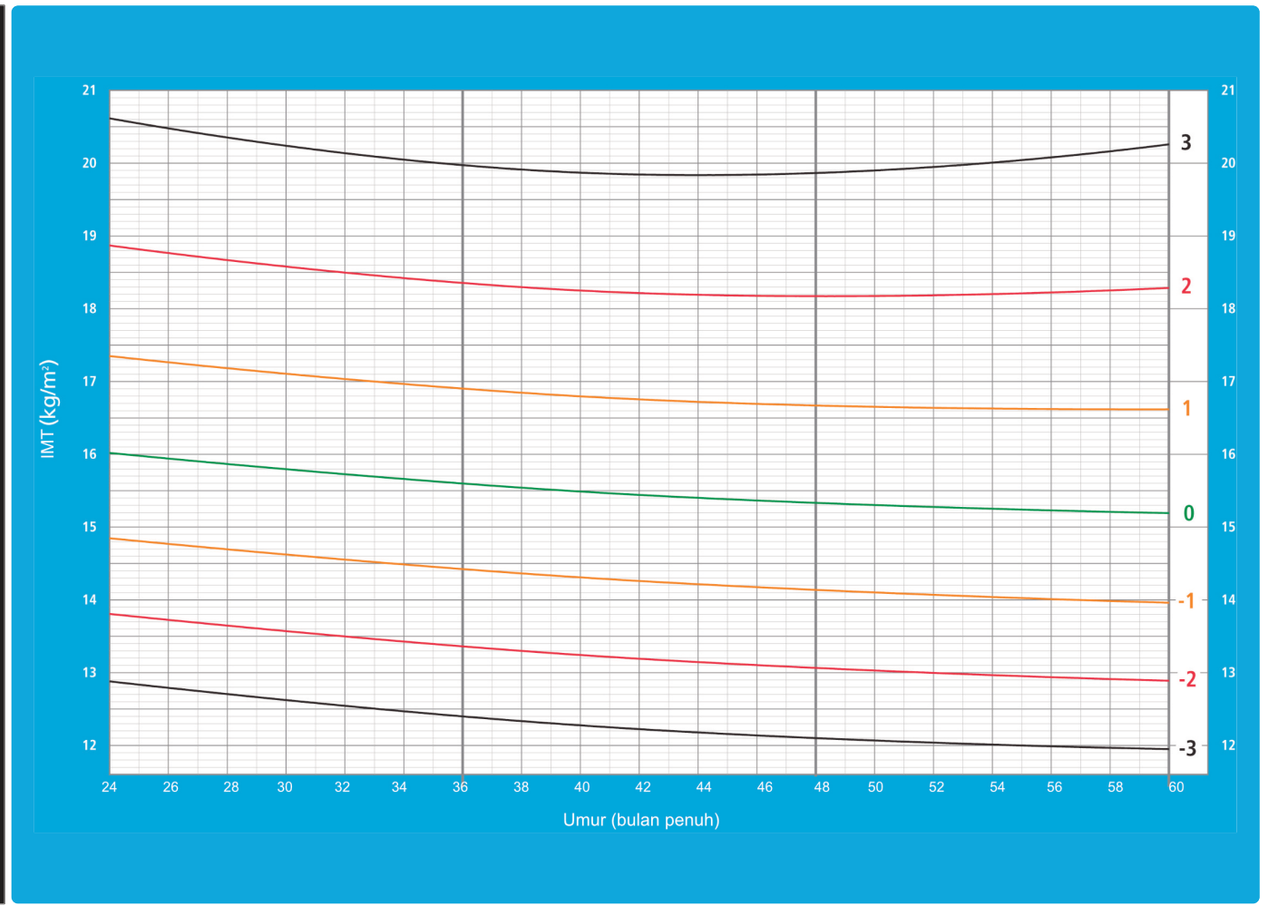
PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - LAKI-LAKI

11/22/24 23:48

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Anak Laki-Laki 2 - 5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

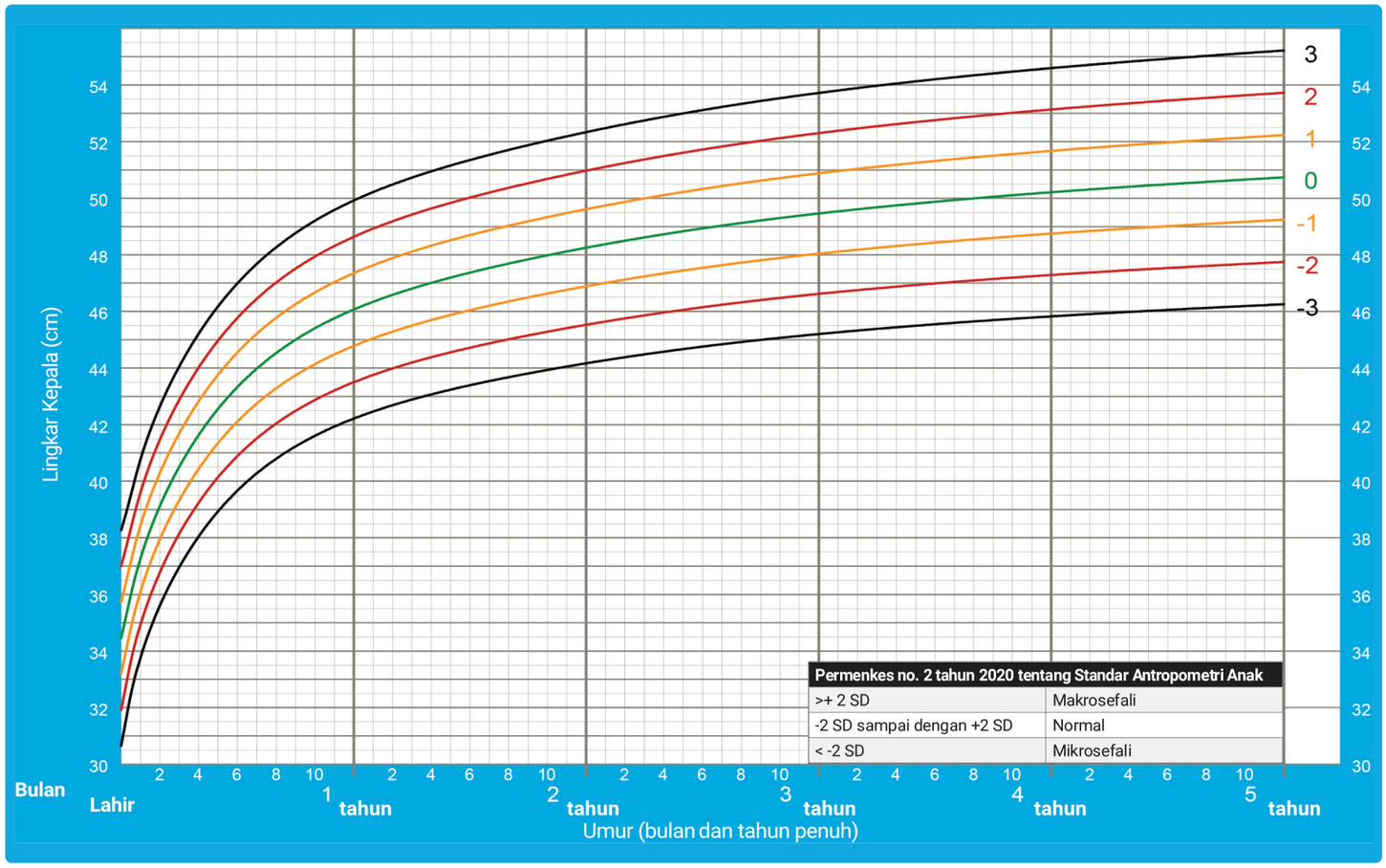
Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - LAKI-LAKI

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Lingkar Kepala Anak Laki-Laki 0 -5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
>+ 2 SD	Makrosefali
-2 SD sampai dengan +2 SD	Normal
< -2 SD	Mikrosefali

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

KIA 2024 Book 2.17.11 73

11/22/24 23:48

Catatan Pemeriksaan Anak

Diisi oleh Tenaga Kesehatan

Tanggal Periksa, Stamp dan Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan dan Saran	Tanggal Kembali

Status tumbuh kembang anak pada saat pemeriksaan, sesuai hasil ploting pada lembar kurva pertumbuhan dan hasil pelayanan SDIDTK dan MTBS.

KMS
KARTU MENUJU SEHAT PEREMPUAN

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

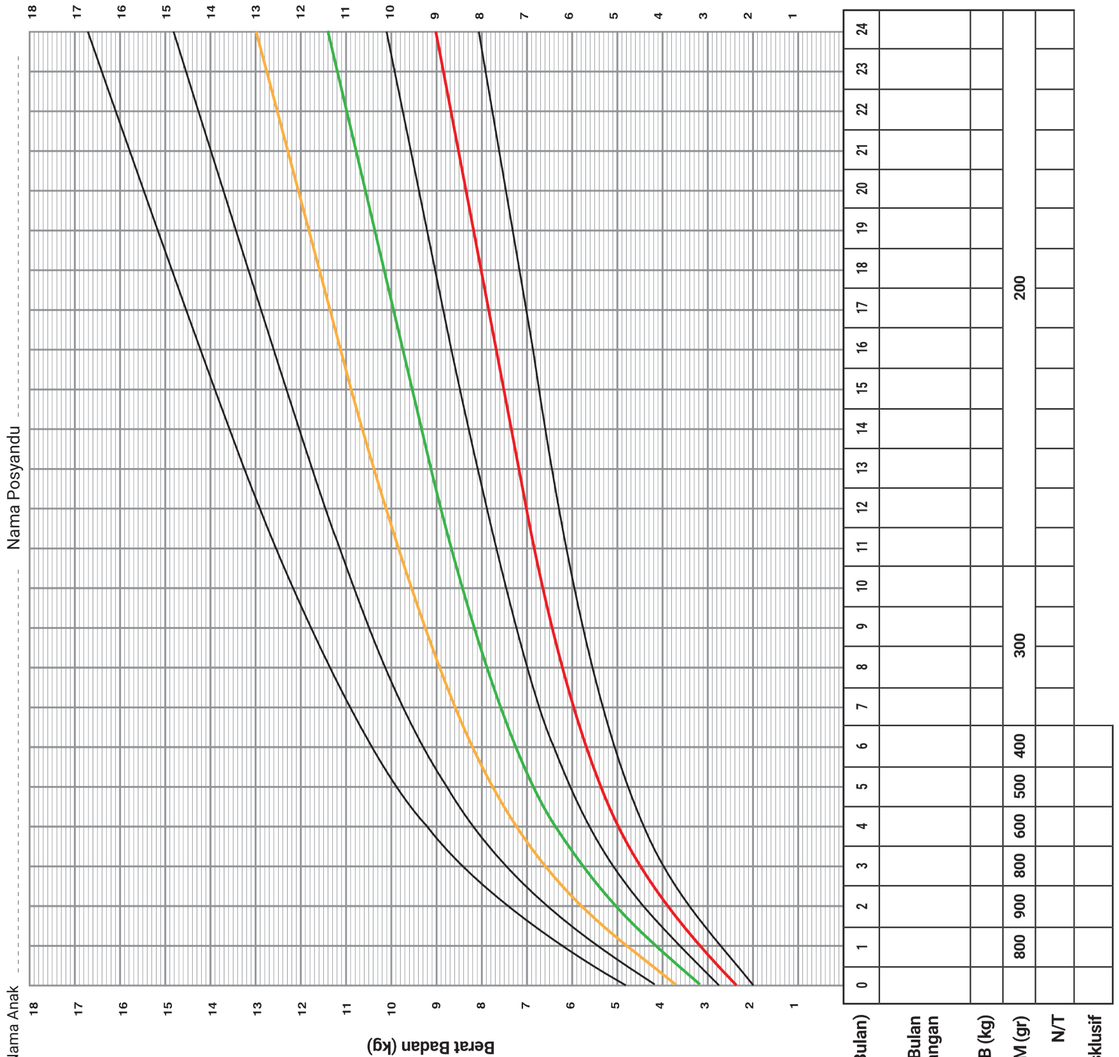
Kartu Menuju Sehat untuk Perempuan 0 - 2 Tahun

Timbanglah anak Anda setiap bulan. Anak sehat, tambah umur, tambah berat, tambah pandai.
KBM digunakan bila ada keraguan menginterpretasikan arah kurva pertumbuhan.

① Rujuk bila berat badan anak tidak naik (T) atau di bawah garis merah atau di atas garis orange.

Nama Anak

Nama Posyandu



Umur (Bulan)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Bulan Penimbangan																									
BB (kg)																									
KBM (gr)		800	900	800	600	500	400		300										200						
N/T																									
ASI Eksklusif																									

Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak

Naik (N)	Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan BB paling sedikit) atau lebih
Tidak Naik (T)	Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan di bawahnya atau kenaikan BB kurang dari KBM.

Kader kesehatan melakukan ploting hasil penimbangan, KIE kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan.

Petugas kesehatan memastikan ploting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

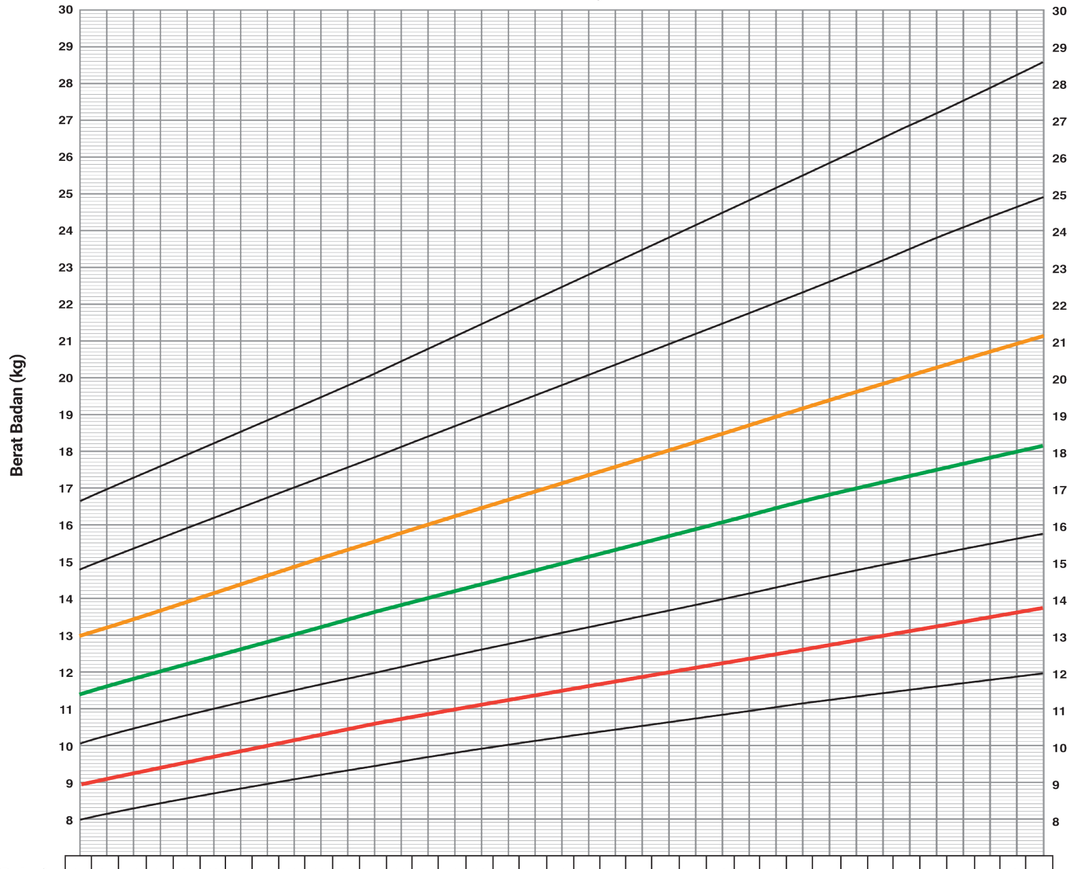
Kartu Menuju Sehat untuk Perempuan 2 - 5 Tahun

KMS KARTU MENUJU SEHAT PEREMPUAN

Timbanglah anak Anda setiap bulan. Anak sehat, tambah umur, tambah berat, tambah pandai.
KBM digunakan bila ada keraguan menginterpretasikan arah kurva pertumbuhan.

Rujuk bila berat badan anak tidak naik (T) atau di bawah garis merah atau di atas garis orange.

Nama Anak ..... Nama Posyandu .....



Umur (Bulan)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Bulan Penimbangan																																					
BB (kg)																																					
KBM (gr)	200																																				
N/T																																					

Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
Naik (N)	Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan BB paling sedikit) atau lebih
Tidak Naik (T)	Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan di bawahnya atau kenaikan BB kurang dari KBM.

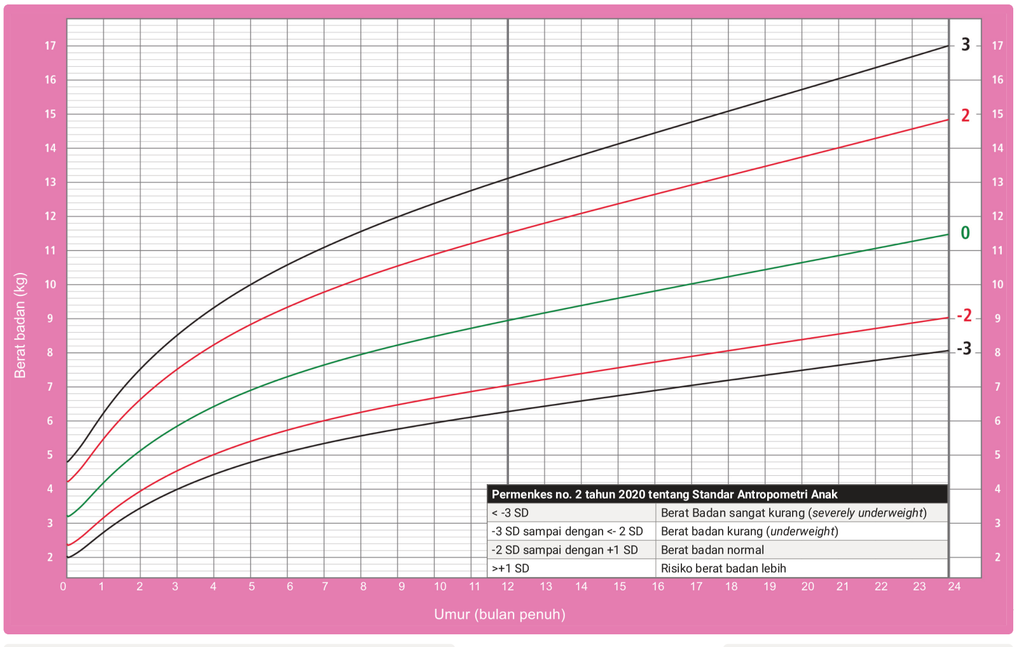
Kader kesehatan melalukan ploting hasil penimbangan, KIE kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan.

Petugas kesehatan memastikan ploting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Perempuan 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Berat Badan sangat kurang (*severely underweight*)
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Berat badan kurang (*underweight*)
-2 SD sampai dengan +1 SD	Berat badan normal
>+1 SD	Risiko berat badan lebih

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - PEREMPUAN

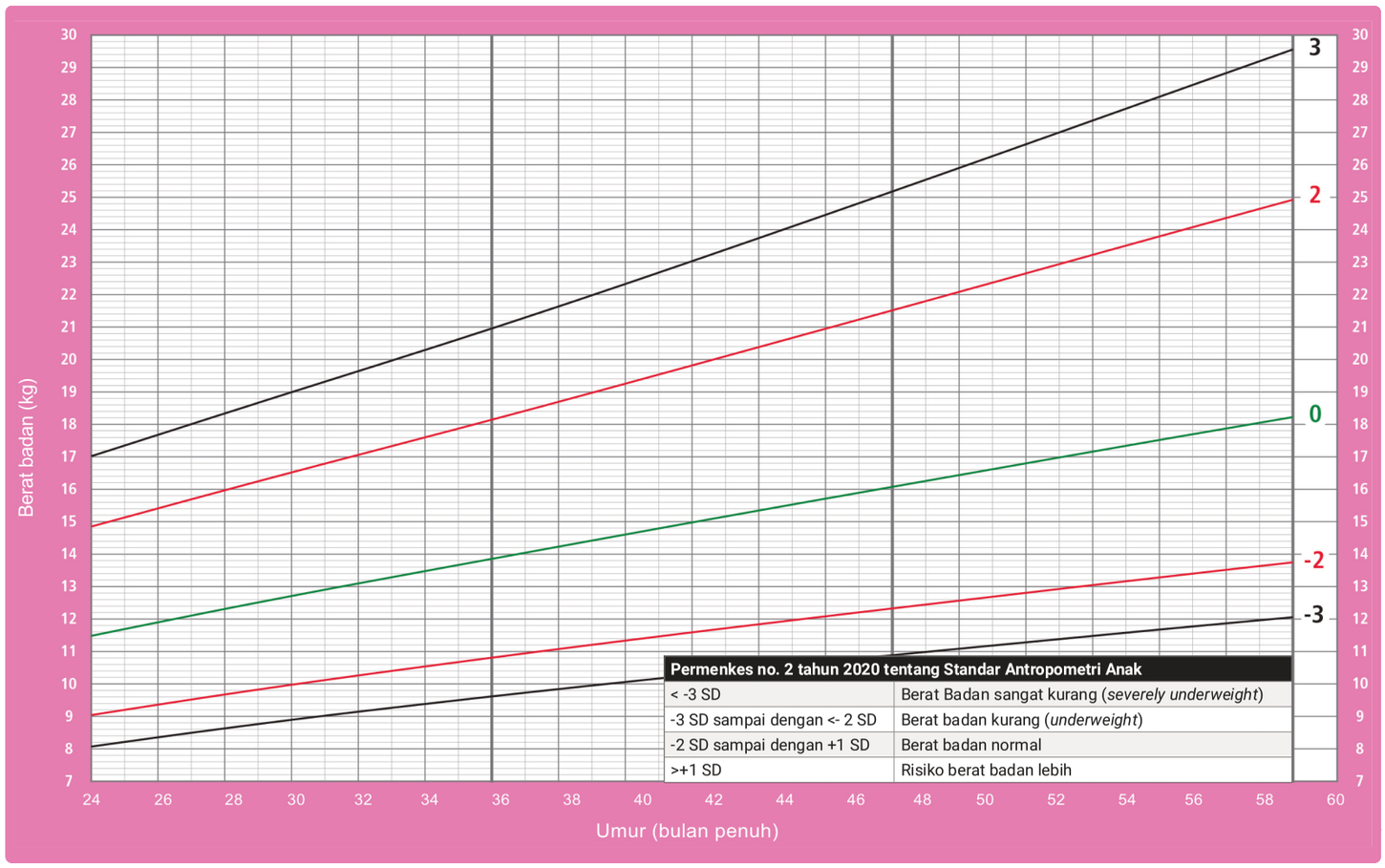
KIA 2024 Book 2.17.11 74

11/22/24 23:48

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Perempuan 2 - 5 Tahun

World Health Organization



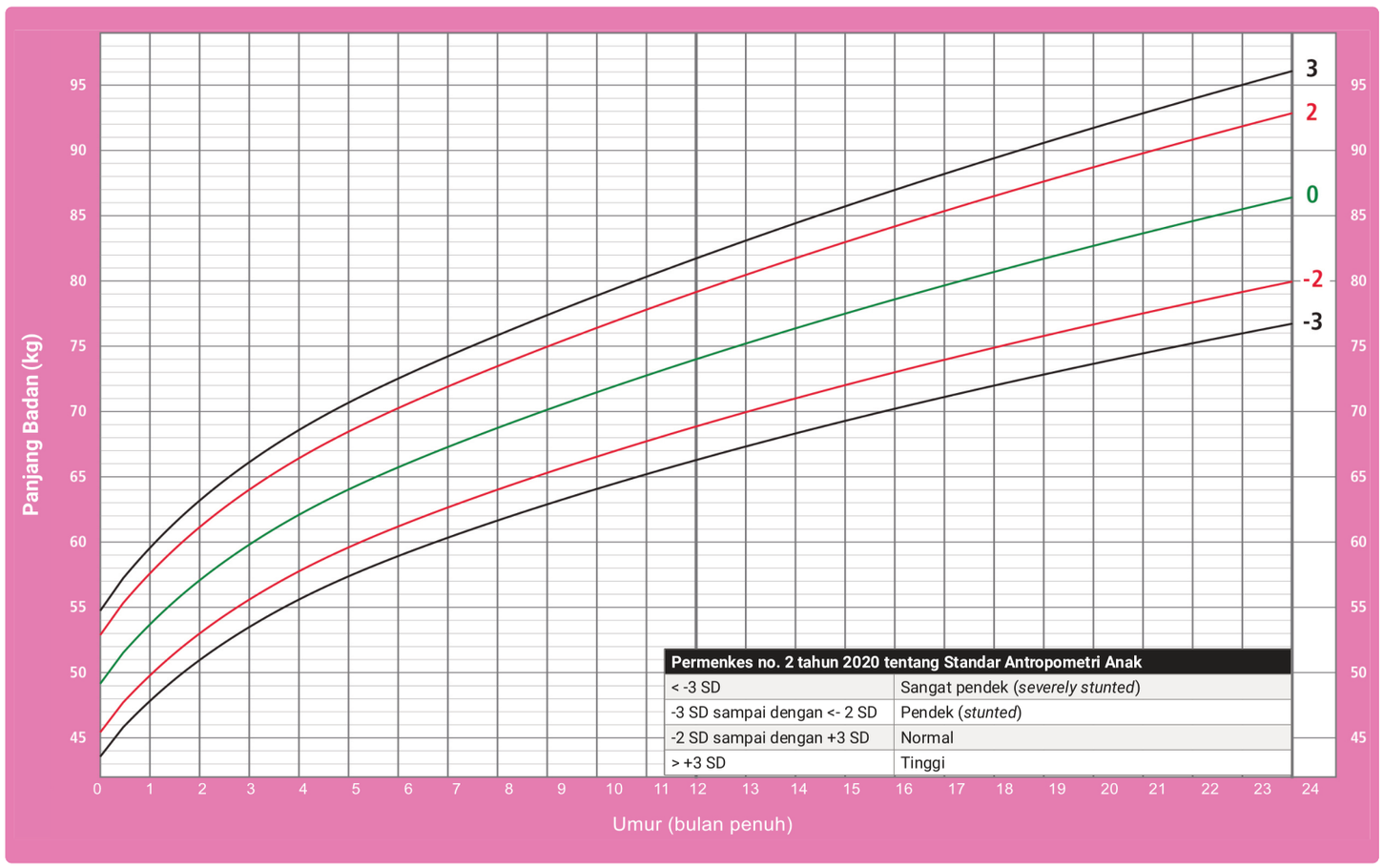
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Panjang Badan Menurut Umur Anak Perempuan 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

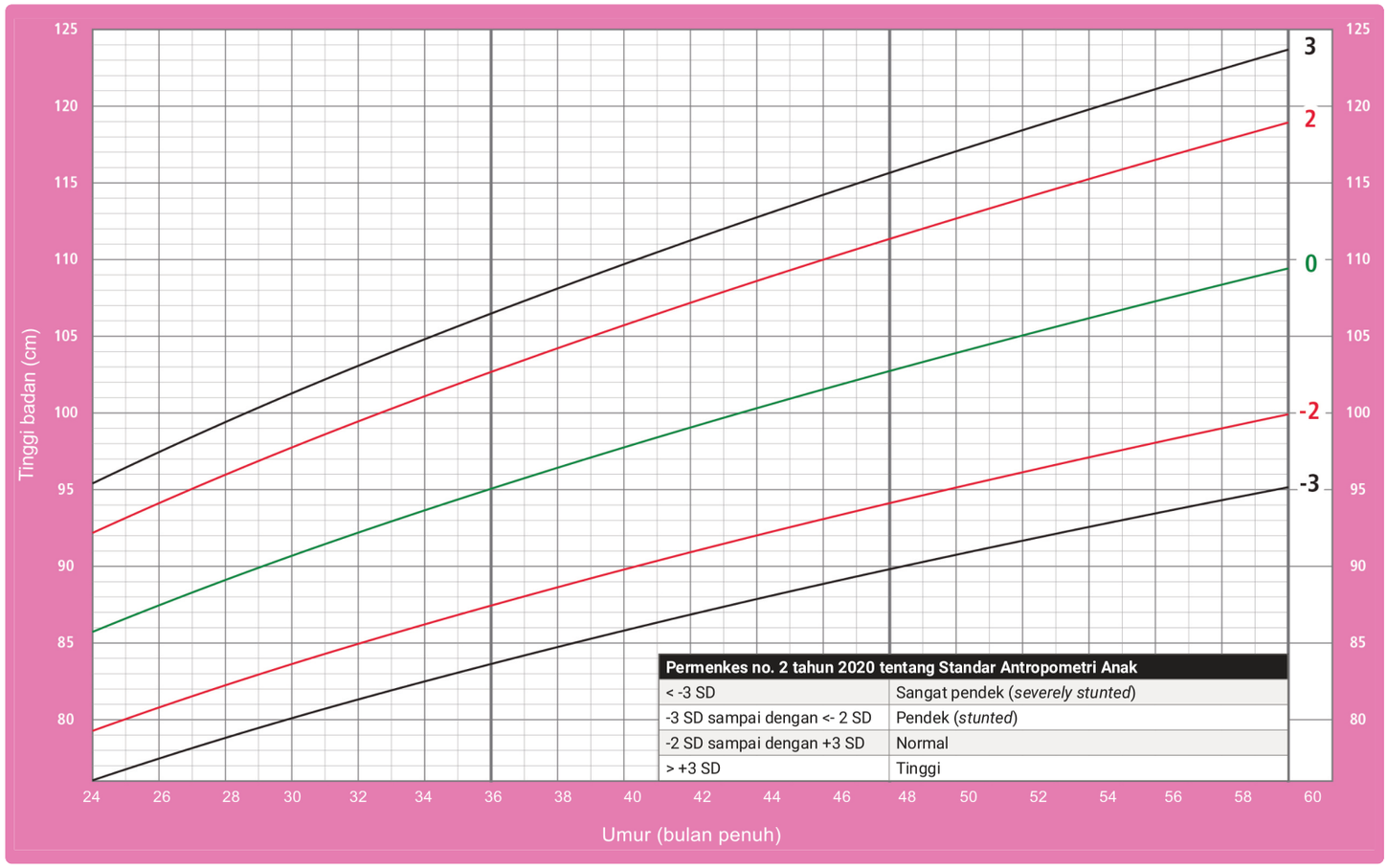
Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - PEREMPUAN

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Tinggi Badan Menurut Umur Anak Perempuan 2 - 5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Sangat pendek (*severely stunted*)
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Pendek (*stunted*)
-2 SD sampai dengan +3 SD	Normal
> +3 SD	Tinggi

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

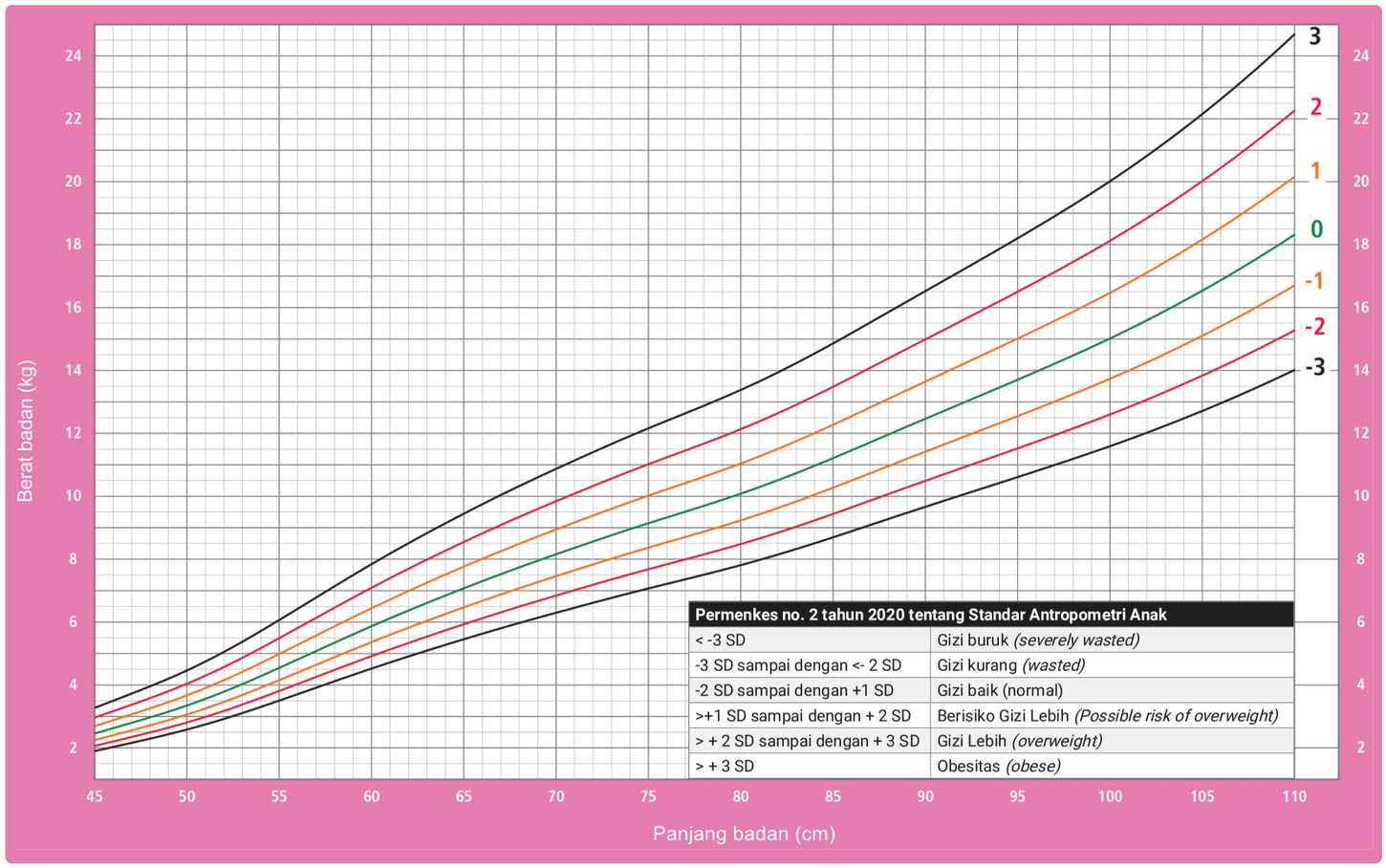
Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

KIA 2024 Book 2.17.11 76

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Panjang Badan Anak Perempuan 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

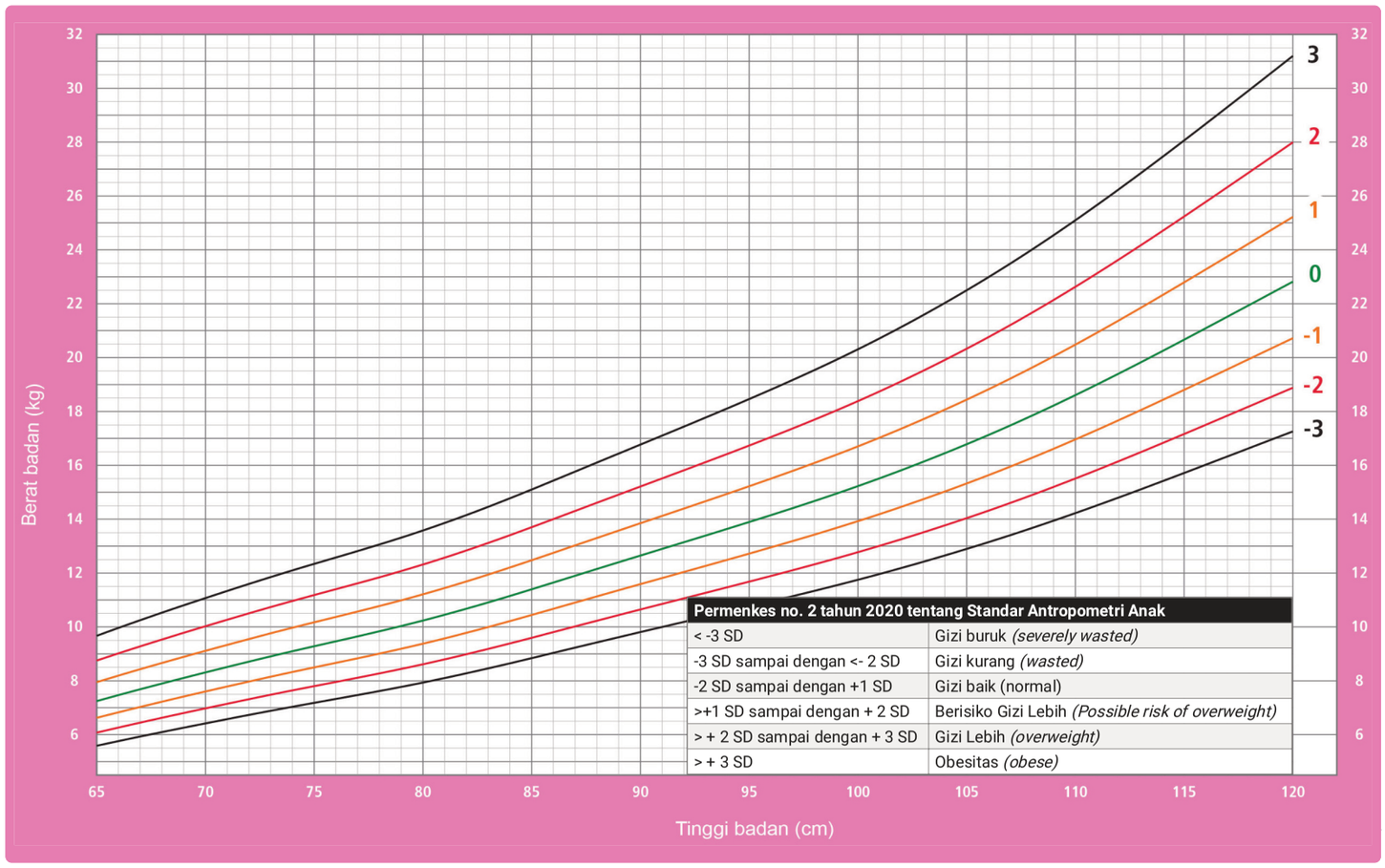
11/22/24 23:48

KIA 2024 Book 2.17.11 77

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Berat Badan Menurut Tinggi Badan Anak Perempuan 2 - 5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

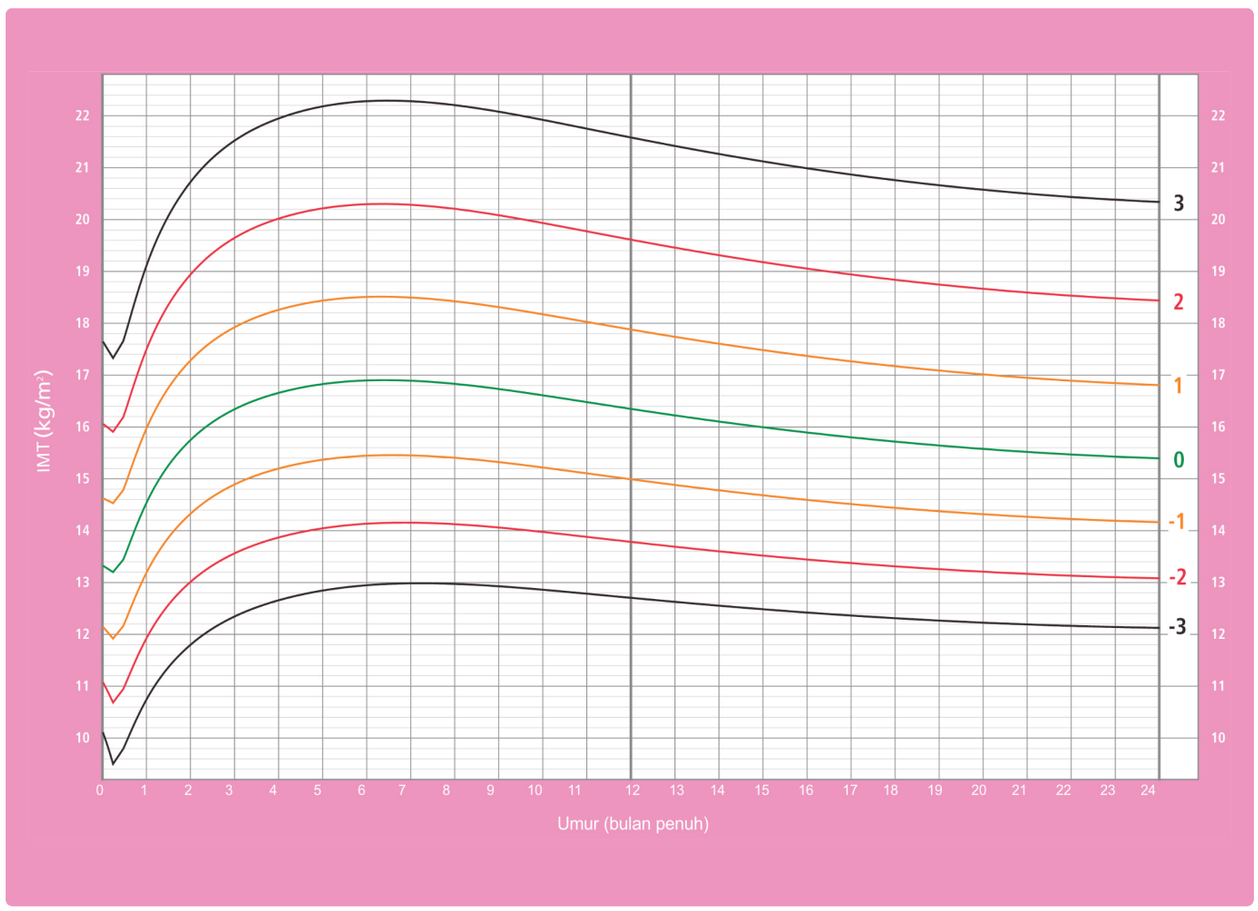
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Anak Perempuan 0 - 2 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

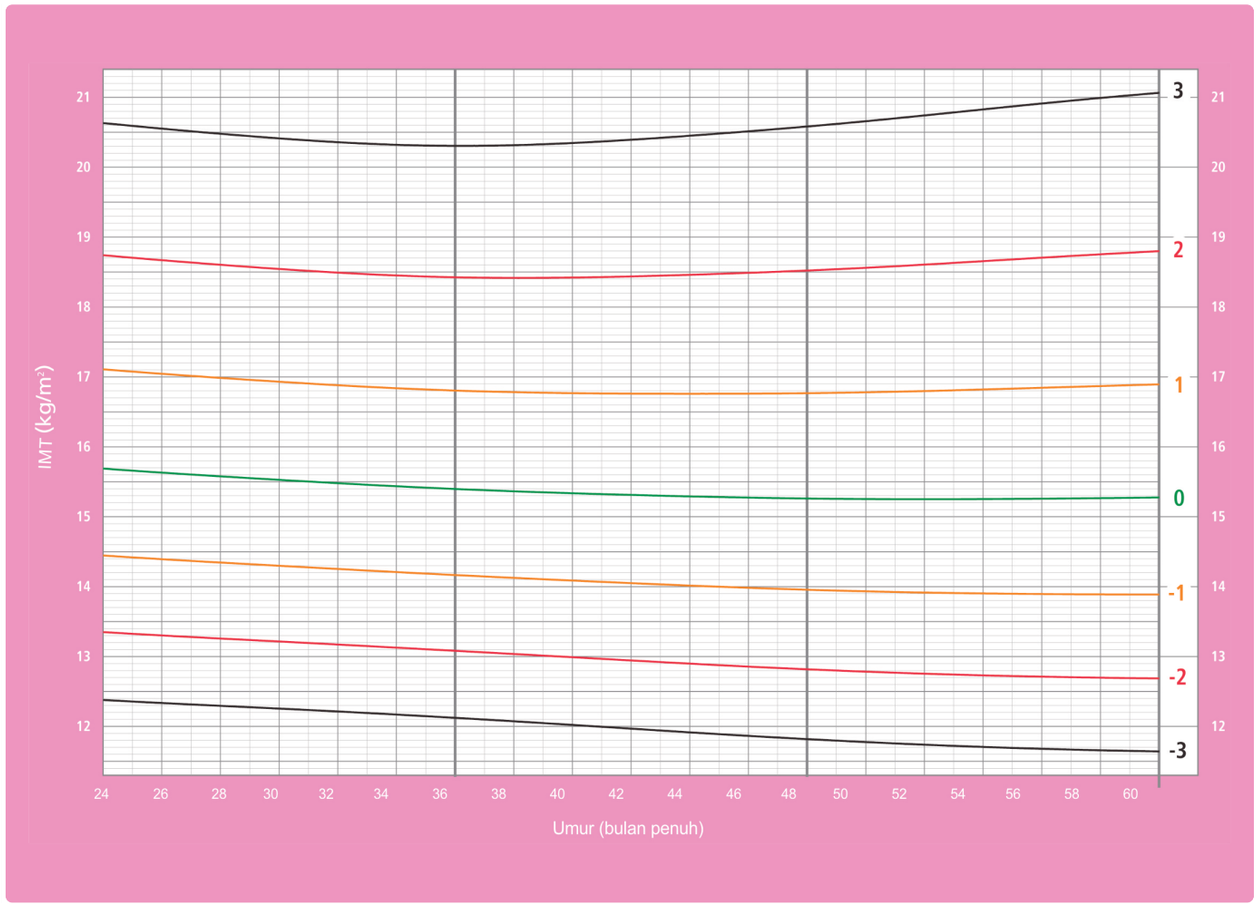
Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

11/22/24 23:48

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Anak Perempuan 2 - 5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

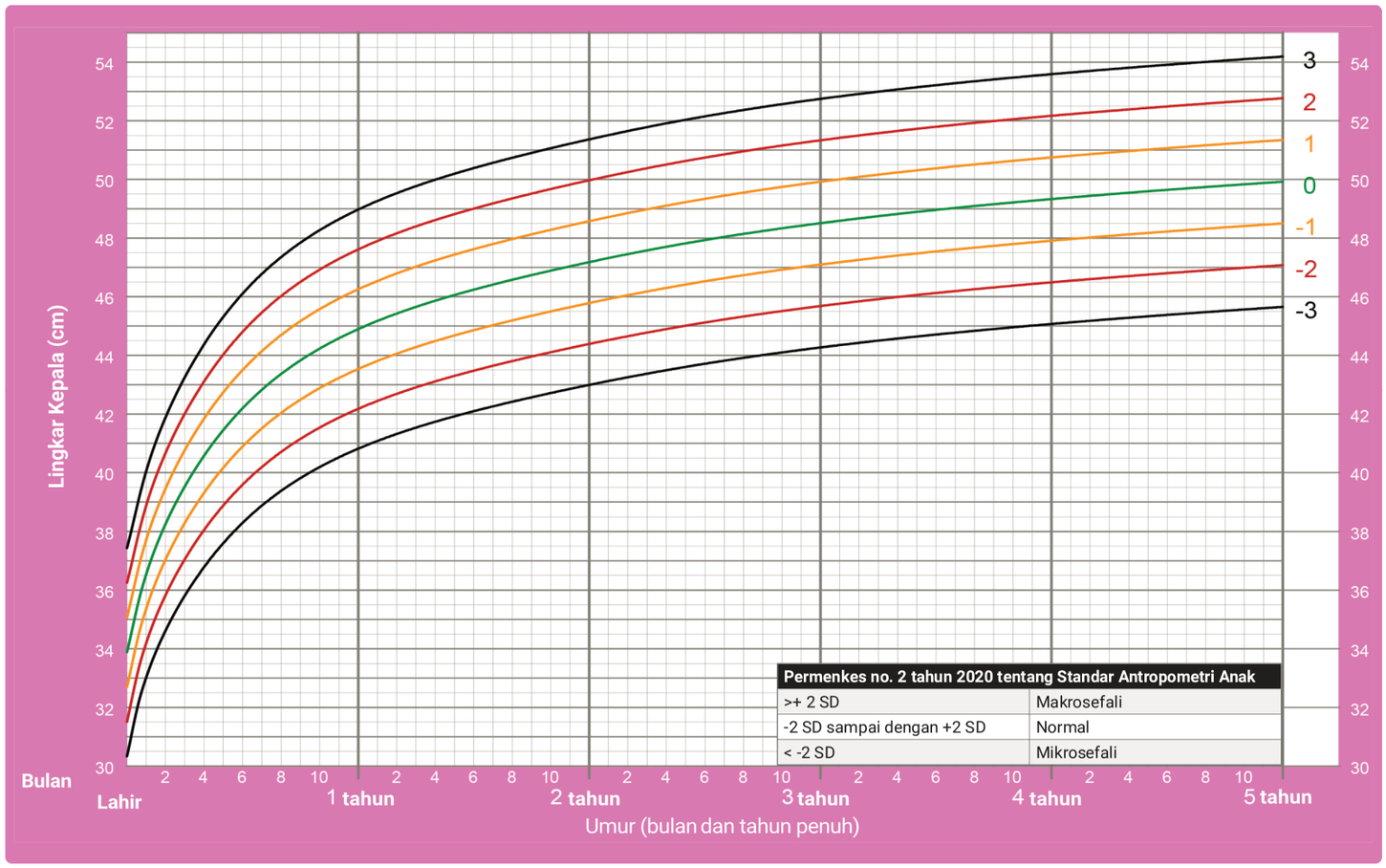
Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

PENGUKURAN & PENCATATAN OLEH TENAGA KESEHATAN - PEREMPUAN

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Lingkar Kepala Anak Perempuan 0 - 5 Tahun

World Health Organization



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
>+ 2 SD	Makrosefali
-2 SD sampai dengan +2 SD	Normal
< -2 SD	Mikrosefali

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

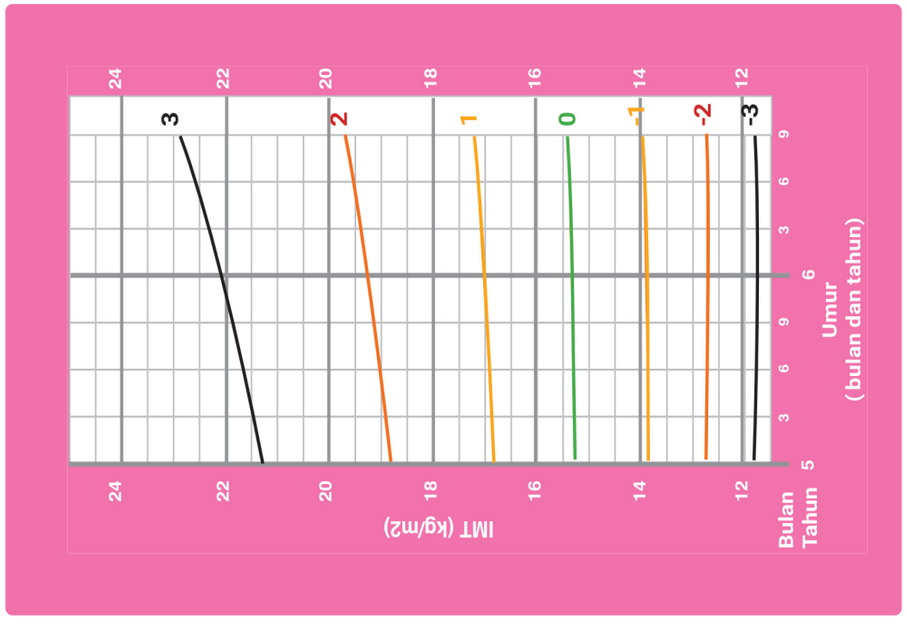
KIA 2024 Book 2.17.11 78

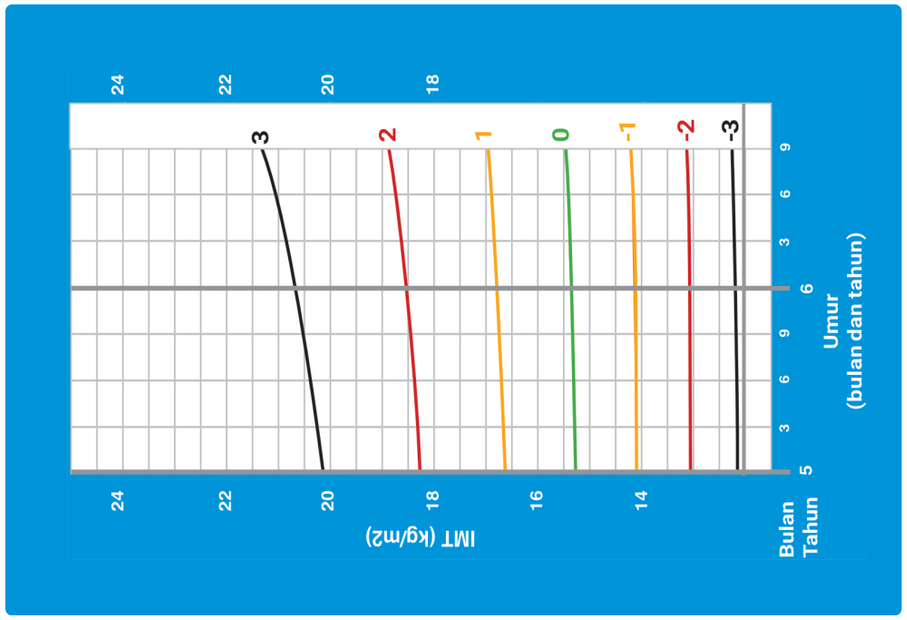
11/22/24 23:48

World Health Organization

Pengisian oleh kader dan didampingi oleh tenaga kesehatan

Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur 5 - 6 Tahun





Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Gizi buruk *(severely wasted)*
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Gizi kurang *(wasted)*
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
>+1 SD sampai dengan + 2 SD	Berisiko Gizi Lebih *(Possible risk of overweight)*
> + 2 SD sampai dengan + 3 SD	Gizi Lebih *(overweight)*
> + 3 SD	Obesitas *(obese)*

Orang tua dan kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK.

Nomor-Nomor Telepon Penting

119	110	NOMOR LAINNYA
Ambulans	Polisi	
113	117	NOMOR LAINNYA
Pemadam Kebakaran	Bencana	

Kumpulan Link Penting

Website Ayo Sehat
https://ayosehat.kemkes.go.id

Chatbot Edukasi Ayo Sehat
https://wa.me/6281277889912?text=ayosehat

Konseling Menyusui
https://telekonseling-pmba-kemenkes.com

Kumpulan Resep MPASI
https://link.kemkes.go.id/ResepMPASI2

Kumpulan Link Penting untuk Kesehatan Mental
https://link.kemkes.go.id/KesehatanMentalKeluarga

Kumpulan Link Penting untuk Anak Disabilitas
https://link.kemkes.go.id/InfoAnakDisabilitas

Hubungi Kemenkes untuk Pertanyaan, Pengaduan & Saran
https://www.kemkes.go.id/id/layanan/kontak-kami